

**HUBUNGAN ANTARA MINAT BELAJAR DAN TINGKAT AKTIVITAS
FISIK DENGAN HASIL BELAJAR PJOK PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP MA'ARIF BOROBUDUR
KABUPATEN MAGELANG
TA.2023/2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Oleh :
MUHAMMAD RIFKI ARIFIN
NIM 20601241085**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**HUBUNGAN ANTARA MINAT BELAJAR DAN TINGKAT AKTIVITAS
FISIK DENGAN HASIL BELAJAR PJOK PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP MA'ARIF BOROBUDUR
KABUPATEN MAGELANG
TA.2023/2024**

Muhammad Rifki Arifin
NIM 20601241085

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara minat belajar peserta didik dan tingkat aktivitas fisik peserta didik kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Ma'arif Borobudur Kabupaten Magelang Jawa Tengah.

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dengan jumlah 63 peserta didik. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan nilai *raport*. Minat belajar PJOK diukur menggunakan instrumen penelitian Angket Minat Belajar dengan skala yang digunakan berupa *Skala Likert* yang sudah dinyatakan valid dan memperoleh skor reliabilitas sebesar 0,921, tingkat aktivitas fisik menggunakan *The Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)* dengan skor validitas 0,361 dan nilai reliabilitas sebesar 0,721, selanjutnya hasil belajar PJOK berdasarkan nilai *raport*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; 1) Ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai korelasi sebesar 0,286 dengan signifikansi sebesar 0,023; 2) Ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai korelasi sebesar -0,320 dengan signifikansi sebesar 0,010; 3) Ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai koefisien F_{hitung} 5,870 dan nilai *sig.* 0,005.

Kata kunci: Hasil Belajar PJOK, Minat Belajar PJOK, Tingkat Aktivitas Fisik

**CORRELATION BETWEEN LEARNING INTEREST AND THE LEVEL
OF PHYSICAL ACTIVITY TOWARDS THE PHYSICAL EDUCATION
LEARNING OUTCOMES OF EIGHTH GRADE STUDENTS OF SMP
MA'ARIF BOROBUDUR MAGELANG REGENCY IN 2023/2024
SCHOOL YEAR**

Muhammad Rifki Arifin
NIM 20601241085

ABSTRACT

This research aims to determine the correlation between students' learning interest and the level of physical activity of eighth grade students in participating in Physical Education learning at SMP Ma'arif Borobudur (Ma'arif Borobudur Junior High School), Magelang Regency, Central Java.

The type of this research was a quantitative study with a correlational approach. The research population was eighth grade students of SMP Ma'arif Borobudur with a total of 63 students. The data collection techniques used questionnaires and report cards. Interest in Physical Education learning was measured by using the research instrument Interest in Learning Questionnaire with the scale used in the form of a Likert Scale which had been declared valid and obtained a reliability score of 0.921, level of physical activity using The Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A) with a validity score of 0.361 and a reliability value at 0.721, then PJOK learning outcomes were based on report card grades. The data analysis technique used multiple correlation analysis.

The research results show that; 1) there is a significant correlation between interest in Physical Education learning and learning outcomes for eighth grade students of SMP Ma'arif Borobudur, with a correlation value of 0.286 with a significance of 0.023; 2) There is a significant correlation between the level of physical activity and Physical Education learning outcomes of eighth grade students of SMP Ma'arif Borobudur, with a correlation value of -0.320 with a significance of 0.010; 3) There is a significant correlation between interest in Physical Education learning and level of physical activity towards Physical Education learning outcomes for eighth grade students of SMP Ma'arif Borobudur, by obtaining a calculated F coefficient value of 5.870 and a sig value. 0.005.

Keywords: Physical Education Learning Outcomes, Interest in Physical Education Learning, Level of Physical Activity

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Rifki Arifin

NIM : 20601241085

Progam Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : Hubungan Antara Minat Belajar dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur Kabupaten Magelang TA.2023/2024

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 21 Maret 2024

Yang Menyatakan,



Muhammad Rifki Arifin

NIM. 20601241085

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA MINAT BELAJAR DAN TINGKAT AKTIVITAS
FISIK DENGAN HASIL BELAJAR PJOK PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP MA'ARIF BOROBUDUR
KABUPATEN MAGELANG
TA.2023/2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**Muhammad Rifki Arifin
NIM 20601241085**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: ~~21~~ 24 Maret 2024

Koordinator Prodi PJKR



Dr. Drs. Ngatman, M.Pd.
NIP. 196706051994031001

Dosen Pembimbing



Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 198101252006041001

LEMBAR PENGESAHAN

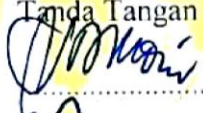


HUBUNGAN ANTARA MINAT BELAJAR DAN TINGKAT AKTIVITAS
FISIK DENGAN HASIL BELAJAR PJOK PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP MA'ARIF BOROBUDUR
KABUPATEN MAGELANG
TA.2023/2024

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Muhammad Rifki Arifin
NIM. 20601241085

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 5 April 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin, S.Pd. Jas., M.Or (Ketua Tim Penguji)		5/4/2024
Dr. Sigit Dwi Andrianto, S.Pd., M.Or (Sekretaris Tim Penguji)		5/4/2024
Prof. Soni Nopembri, M.Pd., Ph.D (Penguji Utama)		4/4/2024

Yogyakarta, 5 April 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or
NIP. 198306261008121002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Minat Belajar dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII SMP Ma’arif Borobudur Kabupaten Magelang TA.2023/2024” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh ilmu di kampus tercinta.
2. Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M. Or., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Dr. Drs. Ngatman, M.Pd., Koorprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or., dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam pelaksanaan penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
5. Prof. Soni Nopembri, M.Pd., Ph.D., penguji utama skripsi yang telah memberikan saran dan masukan.
6. Dr. Sigit Dwi Andrianto, S.Pd., M.Or., sekretaris penguji skripsi yang telah memberikan saran dan masukan.
7. Misbakhul Huda S.E., kepala sekolah SMP Ma’arif Borobudur yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.

8. Guru dan Peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
9. Semua pihak secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 21 Maret 2024
Penulis,



Muhammad Rifki Arifin
NIM 20601241085

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kajian Teori	13
1. Hakikat Pendidikan	13
2. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	16
3. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)	20
4. Minat Belajar	23
5. Aktivitas Fisik	26
6. Karakteristik Peserta Didik	29
B. Kajian Penelitian yang Relevan	31
C. Kerangka Berpikir	34
D. Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Desain Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel Penelitian	39
1. Populasi	39
2. Sampel	39
D. Definisi Operasional Variabel	40
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	41
1. Teknik Pengumpulan Data	41
2. Instrumen Penelitian	43
F. Teknik Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil Penelitian	51
1. Deskripsi Hasil Penelitian	51
2. Hasil Uji Prasyarat	56
B. Pembahasan	62

1. Hubungan antara Minat Belajar PJOK dengan Hasil Belajar PJOK	62
2. Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK .	63
3. Hubungan antara Minat Belajar PJOK dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Implikasi Penelitian.....	67
C. Keterbatasan Penelitian.....	68
D. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Siswa Kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur	39
Tabel 2. Skala Likert, Skor Penilaian Pada Alternatif Jawaban	43
Tabel 3. Kisi-kisi Minat Belajar	44
Tabel 4. Norma Penilaian.....	45
Tabel 5. Penilaian Pengisian Kuesioner PAQ-A.....	46
Tabel 6. Norma penilaian hasil penelitian PAQ-A	46
Tabel 7. Norma Penilaian Hasil Belajar PJOK	47
Tabel 8. Deskriptif Statistik Minat Belajar PJOK.....	51
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Minat Belajar PJOK	52
Tabel 10. Deskriptif Statistik Tingkat Aktivitas Fisik	53
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Tingkat Aktivitas Fisik	53
Tabel 12. Deskriptif Statistik Hasil Belajar PJOK.....	54
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar PJOK.....	55
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas.....	57
Tabel 16. Hasil hubungan minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK	58
Tabel 17. Hasil hubungan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK	60
Tabel 18. Hasil Analisis Hubungan antara Minat Belajar PJOK dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	36
Gambar 2. Paradigma Ganda Dua Variabel Independen	38
Gambar 3. Diagram Batang Minat Belajar PJOK.....	52
Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Aktivitas Fisik	54
Gambar 5. Diagram Batang Hasil Belajar PJOK.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Pembimbing TAS.....	75
Lampiran 2. Surat Ijin Pra Survey.....	76
Lampiran 3. Surat Persetujuan Melakukan Pra Survey	77
Lampiran 4. Surat Ijin Melakukan Penelitian	78
Lampiran 5. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian	79
Lampiran 6. Instrumen Minat Belajar PJOK	80
Lampiran 7. Instrumen PAQ-A.....	81
Lampiran 8. Rangkuman Data Penelitian	85
Lampiran 9. Deskriptif Statistik.....	87
Lampiran 10. Uji Normalitas	89
Lampiran 11. Uji Linieritas.....	90
Lampiran 12. Uji Hipotesis	91
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian	93

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan mulai dari jenjang pendidikan dasar sampai pendidikan menengah. Tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Ketiga ranah tersebut idealnya mendapat porsi yang sama dalam pembelajaran, namun yang paling dominan dalam pendidikan di sekolah adalah ranah kognitif dan afektif sehingga dengan adanya pembelajaran PJOK di sekolah bisa meningkatkan ranah psikomotorik peserta didik. Sebab inti sesungguhnya dari pembelajaran PJOK yaitu untuk memperoleh hidup yang sehat, maka dari itu aktivitas olahraga sangat diperlukan dalam menunjang tingkat kebugaran anak di sekolah. Tujuan dari proses pembelajaran tersebut selain untuk meningkatkan kesehatan juga bertujuan untuk membentuk karakter yang baik sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan idealnya tidak terfokus pada guru, melainkan berorientasi langsung pada peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan adanya proses pembelajaran yang dilakukan secara sistematis dengan menggunakan aktivitas jasmani dan olahraga yang sesuai. Pembelajaran PJOK adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada peserta didik yang berupa aktivitas jasmani, bermain, dan

berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berpikir, emosional, sosial, dan moral (Depdiknas, 2007,p.1).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan prestasi belajar seorang anak yaitu dengan mengidentifikasi kebutuhan belajar peserta didik. Namun hal tersebut tidak cukup, diperlukan juga interaksi sosial yang baik untuk memperoleh hasil yang maksimal. Manusia harus selalu berhubungan dengan manusia lainnya karena manusia sendiri merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup secara mandiri. Sarlito & Sarwono (2012, p. 185) mengatakan bahwa hubungan manusia dengan manusia lainnya, atau hubungan manusia dengan kelompok, atau hubungan kelompok dengan kelompok inilah yang disebut interaksi sosial.

Terlebih lagi dalam melakukan pembelajaran PJOK, peran guru dan peran murid harus saling berkesinambungan. Kedua elemen tersebut sangat berperan penting, sehingga dapat terciptanya proses pembelajaran sesuai dengan yang diharapkan, dengan begitu tujuan pendidikan nasional dapat tercapai. Keberhasilan pembelajaran PJOK dapat dilihat dari hasil belajar yang ada setiap akhir pembelajaran satu semester. Hasil pembelajaran ini dapat dijadikan acuan dalam proses belajar mengajar untuk semester selanjutnya.

Hasil belajar peserta didik dalam bidang akademik ini secara sederhana dapat dilihat dari catatan rekap hasil belajar peserta didik selama kurun waktu tertentu atau yang biasa disebut *raport*. *Raport* berisikan nilai-nilai yang diberikan oleh guru berdasarkan keaktifan, kapabilitas muridnya dalam

mengikuti pembelajaran dan kreatifitas murid dalam mempraktikan pengajaran yang telah diberikan. Selain itu nilai *raport* merupakan hasil cerminan prestasi akademik yang dapat dirintis oleh peserta didik. Indikator yang bisa dilihat adalah peserta didik bisa menikmati kesesuaian pembelajaran PJOK dengan hasil belajar yang telah dilaksanakan selama proses belajar mengajar di sekolah.

Pembelajaran PJOK yang berjalan dengan lancar tentu akan menjadikan peserta didik bisa menikmati manfaat aktivitas olahraga. PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang memiliki tujuan untuk mengembangkan aspek keterampilan gerak, aspek kebugaran jasmani, aspek pola hidup sehat, aspek keterampilan sosial, aspek keterampilan berpikir kritis, aspek stabilitas emosional, aspek penalaran, aspek tindakan moral, serta aspek pengenalan lingkungan bersih (Mawarti & Arsiwi, 2020, p. 56). Efek yang dapat dirasakan yaitu peserta didik dapat menempuh pembelajaran secara optimal. Seperti halnya dalam proses belajar mengajar di SMP Ma'arif Borobudur, minat peserta didik dan tingkat aktivitas fisik menjadi faktor penentu hasil belajar PJOK.

SMP Ma'arif Borobudur merupakan salah satu sekolah swasta yang ada di Kabupaten Magelang. Lokasi sekolah tersebut terletak di Dusun Bumisegoro, Kecamatan Borobudur, Kabupaten Magelang, Jawa Tengah. SMP Ma'arif Borobudur sudah dilengkapi dengan berbagai sarana dan prasarana yang cukup terbilang memadai seperti terdapat lapangan voli, matras, bola basket, bola sepak, bola kasti, raket, dan berbagai alat olahraga

lainnya. Meskipun demikian masih ada beberapa kekurangan yang perlu dibenahi seperti contoh, di sekolah ini lapangan sepak bola terletak cukup jauh dari lokasi sekolah sehingga menyita banyak waktu dalam menuju ke lapangan.

Terlepas dari kekurangan yang ada kegiatan pembelajaran dapat dilaksanakan dengan memodifikasi alat yang tersedia seperti contoh, dalam proses pembelajaran materi sepak bola dilakukan dengan memanfaatkan halaman sekolah walaupun tidak luas akan tetapi cukup untuk dilakukan materi *passing* berpasangan, untuk gawangnya sendiri dengan memanfaatkan kun jika dilakukan pertandingan setengah lapangan dengan peraturan satu gawang. Pendapat Chu & Zhang (2018, p. 372) berpendapat bahwa PJOK berguna bagi peserta didik dalam memberikan kesempatan untuk terlibat dalam olahraga secara langsung, sehingga menciptakan pengalaman baru yang lebih berguna bagi peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMP Ma'arif Borobudur Kabupaten Magelang Jawa Tengah, ternyata proses pembelajaran PJOK yang dilakukan masih terbilang kurang maksimal. Terdapat peserta didik kelas VIII yang datang terlambat dan masih belum berpakaian olahraga saat akan mulai pembelajaran PJOK, bahkan ada juga yang tidak membawa pakaian olahraga. Hal- hal tersebut tentu akan menghambat jalannya proses pembelajaran. Ada juga peserta didik yang kurang minat dengan materi tertentu, sehingga mereka bertindak laku sesuai berdasarkan apa yang mereka mau, dengan tidak memperhatikan apa yang disampaikan guru.

Dilihat dari segi latar belakang sekolah yang berbasis *boarding school*, banyak juga peserta didik yang bersekolah dengan berstatus santri. Mereka hidup dikalangan pondok pesantren yang ada di wilayah Kabupaten Magelang. Oleh sebab itu, ada peserta didik yang kurang memperhatikan waktu istirahat mereka. Berdasarkan aktivitas yang begitu padat di pondok pesantren, peserta didik menjadi kurang aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah yang kurang begitu menarik perhatian mereka.

Hal ini diperkuat dengan pernyataan beberapa peserta didik yang mengatakan bahwa mereka mengikuti pembelajaran penjas karena hobi dengan beberapa jenis olahraga yang dilakukan, seperti permainan bola voli. Selain itu, ada juga peserta didik yang beranggapan bahwa pembelajaran penjas hanya untuk mencari kesenangan setelah melalui berbagai macam aktivitas yang dilakukan. Mereka merasa lelah dan hanya ingin bermain-main saja untuk menghilangkan rasa bosan dan lelah dengan pelajaran yang ada di kelas.

Pembelajaran PJOK yang menarik sangat diperlukan untuk mendorong perhatian peserta didik untuk meningkatkan minat berolahraga. Diharapkan dengan mengikuti mata pelajaran PJOK, peserta didik dapat selalu menjaga tingkat kesehatan mereka. Salah satu faktor dalam diri peserta didik yang bisa menentukan keberhasilan dalam proses belajar mengajar adalah dengan memperhatikan minat peserta didik.

Adanya minat dalam diri akan mendorong seseorang untuk melakukan berbagai macam hal. Keberhasilan dalam proses belajar mengajar di sekolah akan mudah tercapai jika peserta didik memiliki minat yang kuat, terutama bila

hal ini diterapkan dalam proses pembelajaran PJOK maka minat mempunyai peranan yang penting. Sudirman (2011, p. 76) menjelaskan bahwa minat adalah sesuatu keadaan yang akan terjadi bila memandang situasi maupun karakteristik yang digabungkan dengan suatu keinginan ataupun kebutuhan masing-masing individu. Dapat disimpulkan bahwa minat belajar peserta didik akan mendorong ketertarikan melakukan suatu kegiatan tanpa adanya keterpaksaan dengan memusatkan pada bidang-bidang tertentu sesuai dengan apa yang digemari.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya mengenai minat belajar dalam mengikuti pembelajaran PJOK menunjukkan hasil yang berbeda-beda, hal ini disebabkan diantaranya karena faktor peserta didik yang beragam karakteristiknya maupun kualitas tenaga pendidiknya. Setiadi (2017, p. 10) menjelaskan bahwa, perhatian peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK tergolong kedalam frekuensi rendah. Hal ini membuktikan bahwa peserta didik kurang memiliki perhatian yang baik terhadap pembelajaran PJOK.

Perhatian peserta didik dalam pembelajaran PJOK kurang maksimal karena terpengaruh oleh teman-temannya dan menjadikan pembelajaran PJOK sebagai pelepas kejenuhan dari bidang akademik lainnya. Peserta didik yang senang dengan pembelajaran PJOK disebabkan oleh ketertarikan terhadap suatu materi tertentu dan peserta didik yang gemar berolahraga. Semakin besar rasa senang dalam melakukan olahraga akan meningkatkan minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Minat belajar tumbuh dan berkembang didalam diri dari setiap peserta didik, tanpa adanya rasa ingin tahu dalam setiap proses pembelajaran akan membuat dampak yang buruk dalam hasil belajar peserta didik. Adanya suatu kondisi dalam prestasi belajar dapat mempengaruhi minat belajar peserta didik. Minat yang kuat dalam diri dapat mendorong perhatian terhadap suatu aktivitas serta diiringi kemauan dan keinginan untuk mengenali dan mempelajarinya ataupun membuktikannya. Seseorang yang memiliki minat yang kuat terhadap suatu kegiatan selalu mendapatkan dorongan batin yang tumbuh untuk meningkatkan kemampuan.

Minat bisa dikatakan sebagai suatu aktivitas serta bagaikan hasil keikutsertaan dalam suatu kegiatan. Alasannya karena jika seseorang mempunyai minat dalam suatu hal maka orang tersebut akan memiliki kecenderungan hati untuk bisa memahami agar memperoleh data, pengetahuan, kecakapan lewat usaha, pengajaran ataupun pengalaman dalam mencapai prestasi. Selain minat yang kuat, terdapat faktor lain dalam mencapai prestasi belajar. Salah satunya yaitu dengan memperhatikan tingkat aktivitas fisik.

Aktivitas fisik perlu diperhatikan dalam proses pembelajaran PJOK di sekolah. Aktivitas fisik atau bisa disebut aktivitas eksternal adalah kegiatan gerak tubuh yang memerlukan tenaga atau energi, semakin banyak pengeluaran tenaga maka semakin tinggi tingkat aktivitasnya. Aktivitas fisik didefinisikan sebagai gerak fisik yang memerlukan kontraksi otot, dilakukan pada saat

pulang sekolah, di waktu istirahat, di sore hari, dan di akhir minggu (Murbawani, 2017, p. 72).

Prestasi akademik biasanya sering dipengaruhi oleh faktor lingkungan, fisiologis, individu, dan sosial, dengan selalu memperhatikan kesehatan peserta didik. Aktivitas fisik dapat menjadi penunjang yang bisa dilakukan sehari-hari untuk menjaga tingkat kesehatan peserta didik supaya tetap di tingkatan yang baik, sehingga dapat mendukung jalanya proses pendidikan yang akan digunakan sebagai cara untuk meningkatkan prestasi akademik. SMP Ma'arif Borobudur memiliki kriteria standar nilai pendidikan atau KKM yang digunakan sebagai acuan penilaian, sedangkan fakta yang ada di sekolah tersebut nilai hasil belajar PJOK masih tergolong rendah. Oleh karena itu perlu aktivitas fisik yang baik untuk mendukung proses pembelajaran PJOK di sekolah.

Pendapat Mokoagow (2020, p. 20) bahwa aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang kurang dapat memicu berbagai macam penyakit kronis dan bisa menyebabkan kematian, namun aktivitas fisik yang berlebihan atau terlalu padat juga kurang baik pada kesehatan. Oleh karena itu, pengaturan waktu dan pemilihan pola aktivitas olahraga perlu diperhatikan dengan tepat.

Pembelajaran PJOK di sekolah terutama pada tingkat SMP harus dilakukan dengan mempertimbangkan pola aktivitas yang akan dilakukan. Seperti pada hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rohmah & Nur Muhammad,

2021) yaitu, guru PJOK harus memberikan komponen pelatihan kebugaran jasmani dan aktivitas fisik kepada peserta didik. Selain itu guru PJOK juga harus melakukan administrasi kegiatan aktivitas fisik pada peserta didik dengan memberitahukan dampak baik dari setiap kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan serta memberitahukan hasilnya.

Berdasarkan uraian tersebut penulis ingin menyusun penelitian ini dengan judul “Hubungan antara Minat Belajar dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII SMP Ma’arif Borobudur TA. 2023/2024”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Peserta didik hanya tertarik dengan beberapa materi tertentu sesuai dengan kemauan dan keahlian mereka.
2. Aktivitas fisik peserta didik kelas VIII yang begitu padat baik di lingkungan pondok pesantren maupun di lingkungan sekolah menjadikan peserta didik kurang minat dalam bidang akademik.
3. Sebagian peserta didik yang tinggal di pondok pesantren merasa tidak cukup mendapatkan waktu istirahat yang layak.
4. Kesiapan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjas yang tidak optimal dilihat dari tingkah laku, kesiapan berpakaian, dan kedisiplinan dalam beraktivitas.

5. Minim adanya penelitian mengenai hubungan antara minat belajar dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, serta untuk menghindari terjadinya salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat batasan permasalahan agar pengkajiannya dapat dilakukan secara mendalam. Batas penelitian ini hanya membatasi pada belum diketahuinya hubungan antara minat belajar dan tingkat aktivitas fisik peserta didik kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Ma'arif Borobudur Kabupaten Magelang Jawa Tengah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur?
2. Apakah ada hubungan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur?
3. Apakah ada hubungan minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.
2. Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.
3. Hubungan minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Dapat menambah kajian ilmu keolahragaan dalam bidang pendidikan jasmani dengan menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai minat peserta didik kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran PJOK dan bagaimana peserta didik mengatur tingkat aktivitas fisik agar dapat mengikuti pembelajaran PJOK secara maksimal di SMP Ma'arif Borobudur.

2. Secara Praktis

- a. Manfaat Bagi Peneliti

Dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya agar lebih siap dengan tantangan yang akan dihadapi ketika menjadi seorang tenaga pengajar. Peneliti menjadi lebih tahu akan informasi yang terjadi di

lokasi penelitian, dengan demikian wawasan dan pengalaman peneliti lebih banyak.

b. Manfaat Bagi Guru PJOK

Sebagai informasi untuk menambah kreativitas dalam mengajar peserta didik dalam meningkatkan minat peserta didik untuk mengikuti pelajaran PJOK. Membantu peserta didik dalam memberikan referensi tingkat aktivitas fisik yang baik guna menunjang hasil belajar peserta didik.

c. Manfaat Bagi Peserta Didik

Peserta didik menjadi paham akan minat dan tingkat aktivitas olahraga yang baik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah. Oleh karena itu, untuk kedepannya peserta didik dapat mengikuti kegiatan KBM dengan maksimal.

d. Manfaat Bagi Sekolah

Melalui hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi kegiatan KBM di sekolah agar bisa meningkatkan hasil belajar peserta didik. Selain itu, dapat digunakan sebagai masukan untuk menyelenggarakan kegiatan pembelajaran lebih baik lagi.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pendidikan

a. Pengertian Pendidikan

Pendidikan adalah salah satu cara dalam meningkatkan kualitas diri yang bisa kita gunakan sebagai investasi masa depan. Pendidikan dalam hidup kita dapatkan sejak kita lahir, pendidikan juga yang mengajarkan mengenai arti penting kehidupan. Sugihartono (2013,p.3) menjelaskan bahwa pendidikan adalah suatu usaha atau tindakan yang dilakukan seseorang secara sadar dan sengaja yang memiliki tujuan untuk mengubah tingkah laku manusia baik secara individu maupun kelompok melalui pengajaran dan pelatihan untuk mendewasakan manusia. Sedangkan cepi (2013, p. 2) berpendapat bahwa pendidikan merupakan proses penanaman nilai-nilai, norma, dan tradisi kelompok manusia dan juga mengajarkan pengetahuan ataupun keterampilan mengenai nilai, norma, dan tradisi untuk menjadikan individu yang berkompetensi tinggi dalam sikap, keterampilan, dan pengetahuan.

Bernadib (2004, p. 4) berpendapat bahwa pendidikan dapat dipandang sebagai suatu fenomena utama dalam sebuah kehidupan, di mana orang dewasa berperan sebagai pembantu pertumbuhan peserta didik untuk menjadi lebih dewasa. Maka dapat disimpulkan makna dari pendapat Bernadib tersebut adalah, pendidikan telah ada bersamaan dengan

keberadaan manusia, atau semenjak manusia mulai dilahirkan maka dia telah memulai pendidikannya.

Terdapat dua macam pendekatan dalam pendidikan, yaitu pendidikan *reduksionisme* dan pendekatan *holistik integratif* (Tilar, 2003,p.18). Kedua pendekatan tersebut memiliki perbedaan dan kesamaan. Perbedaannya yaitu, pendekatan *reduksionisme* lebih bertekan pada proses pendidikan tersebut dibanding *holistik integratif*. Persamaannya adalah, keduanya memiliki kesamaan dalam memberikan jawaban terhadap persoalan hakikat pendidikan, yaitu pendidikan yang terjadi tidak dapat dikucilkan dari proses kemanusiaan, yang artinya tidak ada masyarakat tanpa pendidikan yang dapat sukses, setidaknya mereka pasti telah mendapat pendidikan baik pendidikan dalam dunia pendidikan ataupun pendidikan dari lingkungan keluarga.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian pendidikan adalah cara meningkatkan kualitas diri seseorang, dengan orang dewasa berperan memberi pengetahuan kepada generasi penerus untuk menjadi lebih dewasa dalam segala hal. Pendidikan dapat digunakan sebagai cara meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri, dan dapat membentuk pribadi yang bertanggung jawab.

b. Fungsi Pendidikan

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting bagi kelangsungan kehidupan manusia dalam suatu negara. Hal ini sesuai dengan UU No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 3, yang

menjelaskan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat tinggi dalam rangka mencerdaskan putra putri bangsa.

Pendidikan Nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar bisa diharapkan menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki ahlak mulia, sehat jasmani maupun rohani, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta memiliki rasa tanggung jawab tinggi.

Berdasarkan fungsinya, pendidikan harus dilaksanakan secara sistematis guna mencapai tujuan pendidikan yang sesungguhnya. Pendidikan yang sistematis berkaitan dengan pembentukan karakter peserta didik sehingga diharapkan mampu bersaing, bermoral, beretika, sopan santun, dan mampu berinteraksi dengan masyarakat.

c. Tujuan Pendidikan

Pendidikan di Indonesia bertujuan untuk mewujudkan manusia Indonesia yang cerdas dan terampil, bertakwa, sehat jasmani dan rohani, memiliki budi pekerti yang luhur (untuk membentuk manusia Indonesia yang seutuhnya). Perwujudan masyarakat seutuhnya tersebut menjadi tanggung jawab pendidikan, termasuk pendidikan jasmani terutama dalam mempersiapkan peserta didik yang memiliki keunggulan dirinya yang tangguh, kreatif, mandiri, dan profesional.

2. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari pendidikan di SD, SMP, dan SMA/SMK. Peserta didik dituntut untuk bisa menguasai suatu standar kompetensi yang terdapat pada kurikulum mata pelajaran PJOK, disusun sedemikian rupa secara sistematis sehingga dapat dipergunakan dalam proses pembelajaran dengan baik. Ega Trisna Rahayu (2013, p. 1) berpendapat bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara menyeluruh, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan dalam bersosial, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani atau olahraga.

Pendidikan jasmani membuat peserta didik memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif terampil, memiliki kebugaran jasmani, memiliki kebiasaan hidup sehat, dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia. Depdiknas (2003, p. 2) menjelaskan mengenai pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah sesuatu proses terjadinya pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, dan sikap sportif dalam aktivitas jasmani. Lingkungan belajar diatur secara seksama guna meningkatkan pertumbuhan dan

perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap peserta didik.

Pengalaman belajar yang ada akan membantu peserta didik untuk memilih dan memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara agar melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif. Pengalaman yang dilakukan secara terencana, bertahap, dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri yang berperan sebagai perilaku, dan menghargai manfaat aktivitas jasmani sebagai sarana peningkatan kualitas hidup seseorang, sehingga akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup aktif.

Sebagai mata pelajaran yang menitik beratkan perhatian pada ranah jasmani dan psikomotor, akan tetapi tidak mengabaikan ranah kognitif dan afektif, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus mencakup materi (1) kesadaran akan kesehatan tubuh dan gerakan keterampilan motorik dasar, (2) kebugaran jasmani, aktivitas jasmani, seperti permainan, gerakan ritmik dan tari, *aquatic* (bila memungkinkan), dan senam, (3) pengkondisian tubuh, modifikasi permainan dan olahraga, dan memiliki keterampilan hidup di alam terbuka, (4) olahraga mandiri, berpasangan, dan tim, (5) memiliki gaya hidup aktif dan sikap sportif.

Setelah mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan, dan olahraga dalam jangka waktu tertentu, peserta didik diharapkan memiliki:

- a. Keterampilan dalam mempertahankan dan meningkatkan tingkat kebugaran jasmani yang baik, serta mampu mengatur program latihan kebugaran jasmani yang aman dan sesuai dengan kaidah latihan.
- b. Kemampuan menunjukan untuk gerakan yang efisien, dan memiliki keterampilan teknis dan taktis serta pengetahuan yang memadai dalam melakukan aktivitas paling tidak satu jenis aktivitas olahraga.
- c. Kemampuan mendemonstrasikan gaya hidup yang aktif dan gemar melakukan kegiatan jasmani secara reguler
- d. Memiliki rasa hormat terkait hubungan dengan orang lain karena berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, menghargai kegiatan olahraga yang mengarah pada pemahaman universal dan multibudaya, dan memiliki kegembiraan karena beraktivitas jasmani secara reguler.

Menurut (Wawan SS, 2002) menjelaskan bahwa struktur materi pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dikembangkan dan disusun dengan menggunakan model kurikulum kebugaran jasmani dan pendidikan olahraga. Kedua kurikulum ini memiliki asumsi untuk menciptakan gaya hidup yang aktif, manusia perlu memahami hakekat kebugaran jasmani dan pola latihan yang benar. Olahraga merupakan bentuk lain dari bermain dan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kegiatan sehari-hari manusia. Agar manusia dapat melakukan kegiatan olahraga dengan benar, maka perlu dibekali dengan pengetahuan serta keterampilan olahraga yang cukup memadai. Pembelajaran PJOK dirasa dapat memberikan pengetahuan,

keterampilan, dan pemahaman dalam ruang lingkup kegiatan dalam berolahraga yang dilakukan peserta didik di lingkungan sekolah.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) bertujuan untuk membentuk fisik, sikap, kecerdasan, dan keterampilan untuk dapat menuju hidup yang mandiri. H.J.S Husdarta (2015, p. 19) menjelaskan bahwa tujuan pembelajaran PJOK itu harus mencakup ketiga ranah (domain) yaitu: (1) Kognitif seperti konsep gerak, arti sehat, bagai mana memecahkan masalah, kritis. (2) Psikomotorik seperti gerak dan keterampilan, kemampuan mengolah tubuh, perbaikan fungsi organ tubuh. (3) Afektif memiliki rasa percaya diri dalam pergaulan sosial dan kegiatan fisik.

Menurut Rusli Lutan (2001, p. 17) mendefinisikan bahwa peranan penting pendidikan jasmani di sekolah adalah memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai macam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dipilih dan dilakukan secara sistematis.

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani bertujuan untuk membentuk karakter dan fisik peserta didik dengan cara melibatkan langsung peserta didik dengan kegiatan-kegiatan yang ada di sekolah dalam suatu proses pembelajaran.

3. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

a. Pengertian hasil belajar

Hasil belajar merupakan akhir penting dari setiap proses pembelajaran di sekolah. Menurut Nana Sujana (2010, p. 22) hasil belajar merupakan kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah mereka memperoleh pengalaman belajarnya atau bisa dikatakan sebagai suatu akibat dari proses belajar dengan menggunakan alat sebagai pengukur yang berupa tes dengan disusun secara terencana baik tes tertulis, lisan, maupun perbuatan. Hasil belajar dapat dilihat setelah peserta didik mengerjakan suatu tes pada mata pelajaran tertentu dan mendapat skor dari tes tersebut, dari skor tersebut dapat digunakan untuk mengukur sejauh mana kemampuan mereka setelah mempelajari materi.

Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki setiap peserta didik yang merupakan akibat dari perbuatan belajar dan dapat diamati melalui penampilan mereka. Gagne (1978, p. 51) mengemukakan bahwa terdapat 5 tipe hasil belajar, hasil belajar yang dimaksud adalah *intellectual skill*, *cognitive strategy*, *verbal information*, *motor skill*, dan *attitude*.

Suprihatiningrum (2012, p. 7) menjelaskan mengenai pendapatnya yaitu hasil belajar dapat dijadikan sebagai pengaruh yang dapat memberikan suatu ukuran nilai strategi alternatif dari segi yang berbeda. Ia juga memperkuat pendapatnya dengan menyatakan bahwa secara spesifik hasil belajar adalah suatu kinerja yang diindikasikan sebagai suatu kemampuan yang telah diperoleh peserta didik dalam proses pembelajaran. Beberapa

hasil penelitian memperlihatkan bahwa kualitas hasil belajar peserta didik dipengaruhi oleh tinggi rendahnya motivasi berprestasi yang dilihat dari nilai *raport*. Keuntungan mengetahui hasil belajar peserta didik apabila terjadi kemajuan ataupun kemunduran pada hasil belajarnya maka akan mendorong peserta didik untuk lebih giat lagi dalam belajar dengan tujuan agar mendapat hasil yang maksimal.

Kesimpulan dari beberapa pendapat diatas mengenai definisi hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah ia melakukan proses pembelajaran, kemampuan itu secara sederhana dapat dilihat dengan melakukan tes lisan, tes tertulis, maupun dengan cara melakukan tes tindakan atau perbuatan. Keuntungan melakukan pengukuran menggunakan berbagai macam tes tersebut, maka dapat diketahui sejauh mana kemampuan peserta didik dalam menerima materi pembelajaran yang diajarkan sehingga dapat dilihat hasil belajar peserta didik tersebut.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar

Hasil belajar dalam kegiatan pembelajaran dipengaruhi oleh beberapa faktor dan untuk mencapai hasil belajar seseorang dapat beranekaragam, keragaman itu terjadi karena latar belakang peserta didik berbeda-beda. Menurut (Djali, 2012, p. 122) menyatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi hasil belajar, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri (faktor internal) dan faktor yang berasal dari luar (faktor eksternal). Faktor internal dapat meliputi motivasi, intelegensi, minat, sikap, kebiasaan belajar, dan konsep diri. Sedangkan faktor eksternal meliputi

orang tua, guru, sarana dan prasarana pembelajaran, dan kurikulum pendidikan sekolah.

Selain faktor-faktor diatas terdapat juga faktor lain yang mempengaruhi hasil belajar peserta didik, yaitu aktivitas fisik yang berlebihan. Aktivitas fisik yang berlebihan mengakibatkan terganggunya proses pembelajaran di sekolah yang tentunya akan berdampak pada hasil belajar peserta didik, oleh karena itu perlu adanya takaran dalam suatu bentuk aktivitas olahraga yang dijalani. Wiyarto (2013, p. 163) menjelaskan bahwa aktivitas fisik merupakan bentuk aktivitas olahraga sistem muskuloskeletal yang dilakukan secara terstruktur dan sistematis dengan intensitas, frekuensi, tipe, dan waktu yang telah ditentukan. Pentingnya mengatur intensitas aktivitas fisik menjadi dasar dalam mencapai keberhasilan proses belajar peserta didik.

Faktor lingkungan juga sangat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Apa bila dalam pembelajaran lingkungan kurang baik maka peserta didik akan terganggu dalam menyerap ilmu-ilmu dan memahami materi yang diberikan oleh guru, hal ini berakibat peserta didik menjadi malas dalam belajar dan akan berdampak pada hasil belajar mereka. Selain itu faktor kedisiplinan juga menjadi kunci dalam mencapai hasil belajar peserta didik seperti yang diharapkan. Kedisiplinan membantu peserta didik mendekatkan mereka untuk mencapai prestasi yang baik ataupun hasil belajar yang baik, dimana jika seseorang mempunyai sikap disiplin yang baik dalam belajar maka dia akan serius dalam mengikuti pembelajaran.

Hasil yang baik pun akan memiliki peluang untuk dicapai dengan mudah jika kedua faktor tersebut ada dalam sistem pembelajaran di dalam suatu satuan pendidikan.

4. Minat Belajar

Minat merupakan salah satu aspek psikologis yang dimiliki oleh seseorang tanpa memandang usia, status umur, dan gender. Minat juga bisa menimbulkan ketertarikan terhadap suatu hal tertentu yang nantinya akan mempengaruhi tingkahlaku maupun kebiasaan orang tersebut. Slameto (2018, p. 121) menyatakan bahwa minat adalah perasaan lebih suka dan perasaan ketertarikan yang dimiliki seseorang terhadap suatu hal tertentu secara sukarela atau tanpa adanya dorongan dan suruhan dari orang lain. Pada dasarnya minat merupakan perasaan menerima terhadap suatu hubungan yang dimiliki seseorang dengan suatu hal tertentu. Minat yang dirasakan akan semakin besar ketika hubungan yang dilakukan juga semakin kuat.

Minat yang dimiliki seseorang tidak dibawa oleh orang tersebut sejak lahir, melainkan didapat dengan melalui peristiwa perjalanan hidup yang mereka senangi terhadap suatu hal. Minat yang tumbuh akan menimbulkan ketertarikan yang mendalam akan suatu hal. Salah satunya yaitu minat belajar peserta didik. Dalam buku psikologi pendidikan milik Purwanto (2010, p. 107) mendefinisikan, minat termasuk dalam salah satu aspek psikologis yang dimiliki seseorang dalam faktor instrinsik yang dapat mempengaruhi proses dan hasil belajar. Pendapat tersebut membuktikan

bahwa minat merupakan perasaan suka yang dimiliki seseorang terhadap suatu hal tertentu, termasuk belajar.

Subekti (2007, p. 8) berpendapat, minat dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu:

a. Faktor dari dalam Instrinsik

Yang dimaksud faktor dari dalam (Instrinsik) adalah bahwa sesuatu perbuatan memang dilakukan karena diinginkan dan dilandasi rasa senang dalam melakukannya. Seseorang melakukan kegiatan semata-mata karena orang tersebut merasa senang dan menyukai hal tersebut, dengan adanya rasa ketertarikan maka akan membuat seseorang memiliki perhatian lebih terhadap suatu hal. Bersamaan dengan ini akan muncul perasaan semangat, motivasi serta emosi, dan rasa senang terhadap suatu hal dibanding dengan hal yang lainnya. Ada beberapa faktor instrinsik yang bisa mempengaruhi minat belajar peserta didik diantaranya yaitu:

1) Perhatian

Peserta didik yang memiliki rasa ketertarikan terhadap suatu mata pelajaran tertentu akan memberikan perhatian lebih terhadap mata pelajaran tersebut, dengan kata lain mereka akan lebih memperhatikan mata pelajaran yang mereka sukai dibanding dengan mata pelajaran lainnya saat proses pembelajaran sedang berlangsung. Peserta didik juga akan lebih mudah mempelajari materi yang diajarkan karena mereka belajar dengan dilandasi dengan rasa senang. Dapat dikatakan bahwa

minat belajar dapat mempengaruhi hasil belajar, dengan demikian diharapkan hasil belajar yang diinginkan akan tercapai.

2) Perasaan senang

Perasaan senang yang dimiliki peserta didik dalam mengikuti suatu pembelajaran akan tumbuh sendirinya seiring dengan rasa ketertarikan mereka yang mulai tumbuh sedikit demi sedikit. Dengan perasaan senang suatu pembelajaran akan lebih menarik dan mengasikkan, peserta didik akan merasa nyaman dan mudah menyerap materi yang diajarkan.

3) Aktivitas

Aktivitas merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam hal tertentu. Jika dalam beraktivitas dilandasi dengan minat yang kuat, maka akan memiliki dampak yang baik terhadap orang tersebut. Sama halnya dengan suatu proses pembelajaran, jika dilandasi dengan minat dan rasa ketertarikan yang kuat maka akan tercapainya hasil pembelajaran sesuai dengan yang diinginkan. Peserta didik akan cenderung melakukan kegiatan secara maksimal terhadap suatu mata pelajaran yang sesuai dengan apa yang mereka inginkan.

b. Faktor dari luar Ekstrinsik

Faktor dari luar Ekstrinsik adalah bahwa suatu kegiatan dilakukan atas dasar dorongan dari luar. Orang melakukan perbuatan itu karena mendapatkan dorongan dari luar atau dipaksa oleh orang lain seperti lingkungan, orang tua, dan guru. Pembelajaran PJOK bisa efektif jika

terdapat alat bantu berupa fasilitas yang memadai supaya dapat berjalannya proses pembelajaran di sekolah. Fasilitas yang memadai serta dalam kondisi yang baik dan mampu menunjang proses pembelajaran menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi minat belajar peserta didik. Apabila hal tersebut tidak diperhatikan maka akan mengganggu minat belajar mereka, peserta didik akan kurang tertarik dengan proses pembelajaran tersebut. Fasilitas yang baik dan memadai juga akan memberikan pengaruh terhadap hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa minat belajar seorang peserta didik dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik (Instrinsik) dan faktor yang berasal dari luar peserta didik (Ekstrinsik). Sesuai dengan adanya kedua faktor tersebut, adanya minat yang kuat akan meningkatkan prestasi belajar baik dari dalam diri maupun luar atau lingkungan belajar.

5. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik adalah komponen dari proses kompleks yang melibatkan pengembangan, pembelajaran, dan asimilasi keterampilan, nilai, norma, persepsi diri, identitas, dan peran yang diberikan oleh berbagai variabel lingkungan keluarga dan keterlibatan sosial, seperti kelompok sosio-demografis, profesi, pendidikan dan tempat tinggal, yang dapat menjadi faktor potensial yang mempengaruhi aktivitas fisik anak dan remaja di waktu luang mereka (Batista et al., 2016). Dimana aktivitas fisik merupakan kegiatan kompleks yang melibatkan pengembangan,

pembelajaran, keterampilan, nilai-nilai, dan norma dalam mempersepsikan diri.

Menurut (Cavill et al., 2012) berpendapat bahwa Aktivitas fisik adalah cara mendasar untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Namun, bagi banyak orang itu telah dihilangkan dari kehidupan sehari-hari, dengan dampak yang luar biasa bagi kesehatan dan kesejahteraan. Dapat dikatakan aktivitas fisik yang dihilangkan akan mempunyai dampak yang besar bagi kesehatan dan juga kesejahteraan seseorang.

Pengertian lain dari aktivitas fisik adalah suatu gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang guna meningkatkan kebugaran jasmani secara terencana dan terstruktur (Khomarun, 2013, p. 148). Salah satu penyebab kematian yang cukup besar menurut WHO di antaranya yaitu disebabkan oleh penyakit kronis, hal ini merupakan resiko dari kurangnya aktivitas fisik (Meeting & Organization, 2010).

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan Aktivitas fisik adalah suatu kegiatan yang melibatkan otot tubuh dan sistem penunjangnya yang memerlukan pengeluaran energi untuk mengerjakannya. Aktivitas fisik juga mempunyai takaran dalam setiap kegiatannya, harus dilakukan sesuai dengan kebutuhan tubuh seseorang. Berkegiatan aktivitas fisik perlu memperhatikan kondisi tubuh, jika tubuh seseorang tersebut gemuk maka harus lebih menambah porsi kegiatan dalam melakukan aktifitas fisik. Sebaliknya jika seseorang tersebut dalam kondisi memiliki badan yang kurus, maka porsi kegiatan aktivitas fisik pun juga

sedang dan tidak berlebihan. Terkecuali jika orang tersebut merupakan atlet yang memiliki tanggung jawab besar untuk melatih badan mereka supaya tetap terjaga.

Pada dasarnya peserta didik usia SMP memiliki tingkat aktivitas fisik yang cukup besar, mereka berada pada transisi perubahan dari masa kanak-kanak ke masa remaja. Peserta didik usia SMP cenderung melakukan kegiatan dengan berdasarkan apa yang mereka sukai dan apa yang mereka senangi. Seperti halnya kegiatan peserta didik yang berada di SMP Ma'arif Borobudur, SMP tersebut merupakan SMP swasta yang memiliki peserta didik cukup banyak dengan beragam kegiatan yang diikuti oleh semua anak.

Terdapat banyak anak yang bersekolah dan juga menjadi santri di pondok pesantren. Mereka melakukan aktivitas fisik yang lebih besar di banding anak-anak seusianya, karena mereka harus menjalani kegiatan di lingkungan pondok pesantren dan juga harus mengikuti kegiatan di sekolah. Kegiatan di pondok pesantren seperti mengaji, bersih-bersih lingkungan pondok, pembelajaran alkitab, pembelajaran bahasa arab, hafalan-hafalan materi, dan juga kegiatan fisik lainnya yang mereka lakukan dari pagi sampai malam. Sedangkan kegiatan yang ada di sekolah juga cukup banyak, mereka harus melakukan kegiatan pembelajaran yang sama dengan anak-anak lainnya diluar status santri. Dari kegiatan yang cukup padat itu mengakibatkan mereka cenderung mengikuti pembelajaran di sekolah dengan berdasarkan apa yang mereka mau dan mereka senangi. Terutama dalam pembelajaran PJOK, mereka cenderung melakukan kegiatan

pembelajaran dengan berdasarkan dengan kemauan mereka. Hal ini tentu akan mempengaruhi hasil belajar dalam pembelajaran mereka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perlu adanya pemilihan aktivitas fisik yang baik dan juga menarik supaya bisa mendukung jalannya proses pembelajaran di sekolah, dengan adanya hal tersebut diharapkan prestasi peserta didik akan meningkat.

6. Karakteristik Peserta Didik

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata “karakter” ditafsirkan dengan tarbiat, sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang bisa membedakan antara seseorang dengan yang lain, dan watak. Klan (2007, pp. 6-7) menjelaskan bahwa karakter merupakan kombinasi dari emosional, intelektual, dan kualitas moral yang membedakan seseorang. Dengan kata lain karakter merupakan bagian integral yang terukir didalam diri seseorang dan mencerminkan kualitas diri orang tersebut.

Weinberg dan Gould (2003, p. 527) berpendapat bahwa karakter adalah sebuah konsep sederhana dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga, antara lain: rasa terharu (*compassion*), keadilan (*fairness*), sikap sportif (*sport-personship*), integritas (*integrity*). Semua nilai-nilai tersebut ditanamkan dalam diri peserta didik melalui ketaatan atau kepatuhan dalam berkompetisi sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku pada cabang olahraga yang digelutinya. Bisa dikatakan karakter dapat dipelajari dan dibentuk dalam *setting* olahraga, pengalaman yang didapat dalam aktivitas

olahraga dapat membentuk karakter, hal ini bisa terwujud jika lingkungan pembelajaran diciptakan dan ditujukan untuk proses pembentukan karakter.

Peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat diartikan sebagai awal masuknya peserta didik pada masa remaja. Anak pada usia ini memiliki kecenderungan gemar bermain dan memiliki perkembangan yang cukup signifikan. Secara psikologis dapat dikatakan bahwa mereka yang baru memasuki usia ini masih merasa dirinya anak-anak, akan tetapi mereka memiliki rasa ketertarikan terhadap hal-hal baru. Peserta didik usia SMP biasanya berusia 13-15 tahun, meskipun ada juga yang terkadang sebelum usia tersebut sudah masuk ke SMP.

Septianingrum (2016, p. 14), anak usia SMP memiliki beberapa ciri-ciri tertentu. Ciri-ciri tersebut dikategorikan sebagai berikut:

a. Jasmani

- 1) Anak laki-laki ataupun perempuan mengalami pertumbuhan memanjang
- 2) Memerlukan pengaturan istirahat yang sesuai dengan yang dibutuhkan
- 3) Sering mengalami kecanggungan serta sering memperlihatkan koordinasi tubuh yang kurang baik
- 4) Mudah lelah akan tetapi tidak menghiraukan
- 5) Kesiapan serta kematangan untuk keterampilan dalam bermain menjadi lebih baik.

b. Psikis atau Mental

- 1) Lebih banyak mengeluarkan energi dan cenderung memiliki fantasi yang luas
- 2) Ingin menentukan sendiri pandangan hidup yang akan dilaluinya

c. Sosial

- 1) Selalu merasa ingin diakui oleh kelompoknya
- 2) Pertemanan yang dijalin semakin berkembang

Berdasarkan ciri-ciri tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta didik SMP ini tidak stabil atau kurang konsisten dalam menanggapi permasalahannya. Hal itu dapat disebabkan karena mereka berada pada tahap transisi atau lebih mudahnya sedang berada di masa perpindahan dari anak-anak menuju masa remaja. Oleh karena itu pendidikan di sekolah sangat penting untuk membimbing mereka dan pembentukan karakter yang baik serta sarana dalam memberikan perhatian yang cukup bagi mereka.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang pertama yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Nofulan Adyani & Advendi Kristiyandaru, 2021) dengan judul “Hubungan Minat Belajar dengan Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran PJOK di SMA Negeri 18 Surabaya Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian tersebut merupakan jenis penelitian korelasional dengan memakai pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 170 siswa dengan mengambil sampel sejumlah 50 siswa di SMA Negeri 18 Surabaya.

Instrumen minat belajar yang digunakan penelitian ini berupa data kuesioner yang di adopsi dengan menambahkan tentang pembelajaran daring yang telah di validasi sejumlah 20 soal kuesioner. Teknik analisa data ini menggunakan korelasional. Berdasarkan hasil penelitia korelasi minat belajar dan hsil belajar dengan nilai r 0.157 dengan bentuk hubungan bernilai positif yang dapat dikategorikan mempunyai hubungan korelasi tingkatan yang sangat lemah dan uji signifikansi memiliki nilai 0.276 yang menunjukan antara minat belajar dengan hasil belajar mata pelajaran PJOK di masa pandemi kelas X MIA 1 hingga MIA 5 di SMA Negeri 18 Surabaya.

2. Penelitian yang kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Moch Adi Prasetyo & Mashuri Eko Winarno 2019) dengan judul “Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa SMP”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani pada siswa SMP. Menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif metode korelasional dengan variabel bebas: status gizi (X1) dan aktivitas fisik (X2) dan variabel terikat tingkat kebugaran jasmani (Y), dan sampel penelitian 54 siswa. Hasil: (1) status gizi dengan tingkat kebugaran jasmani rhitung $(0,208) \leq r_{tabel} (0,266)$, (2) aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani rhitung $(0,747) > r_{tabel} (0,266)$ dan (3) status gizi dan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani Rhitung $(0,762) > R_{tabel} (0,266)$. Simpulan: (1) status gizi memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan tingkat kebugaran jasmani, (2) aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan

tingkat kebugaran jasmani dan (3) secara bersama-sama status gizi dan aktivitas fisik mempunyai hubungan yang signifikan dengan tingkat kebugaran jasmani.

3. Penelitian yang ke tiga yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Latifah Fitriani, 2021) dalam skripsinya yang berjudul “Minat Siswa Kelas VII SMP Negeri Sewon dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Secara Daring di Era Pandemi Covid-19”. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan metode penelitian survei. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sewon sebanyak 224 siswa dan dari seluruh populasi diambil 25% untuk menjadi sampel penelitian. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 48 siswa dengan menggunakan instrumen angket dalam pengambilan datanya. Teknik analisis yang digunakan dengan adalah dengan menggunakan frekuensi ke dalam bentuk persentase. Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa tingkat Minat siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sewon dalam mengikuti pembelajaran PJOK secara daring di era Pandemi COVID-19 dengan kategori sangat tinggi sebesar 10% (5 siswa), kategori tinggi sebesar 8% (4 siswa), kategori sedang sebesar 56% (27 siswa), kategori rendah sebesar 15% (7 siswa) dan kategori sangat rendah sebesar 10% (5 siswa)

C. Kerangka Berpikir

1. Hubungan Minat Belajar PJOK dengan Hasil Belajar PJOK

Minat merupakan salah satu aspek psikologis yang dimiliki oleh setiap orang dan dengan adanya minat akan tumbuh juga rasa ketertarikan terhadap suatu hal tertentu. Minat juga bisa tumbuh berdasarkan dua faktor, yaitu faktor dari dalam diri dan faktor dari luar. Minat belajar sangat diperlukan agar terciptanya situasi belajar mengajar yang menyenangkan, dengan adanya minat peserta didik akan merasa senang dalam melaksanakan berbagai macam kegiatan sehingga penyampaian materi oleh guru lebih mudah diterima oleh peserta didik.

Apabila peserta didik tidak memiliki rasa ketertarikan dalam mengikuti pembelajaran akan berdampak pada tidak terlaksananya proses pembelajaran seperti yang diharapkan. Hasil pembelajaranpun akan terganggu sehingga peserta didik akan memperoleh hasil yang kurang maksimal. Apalagi dalam pembelajaran PJOK, unsur minat sangat mempengaruhi jalannya proses pembelajaran.

2. Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK

Tingkat aktivitas fisik dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar PJOK pada peserta didik. Peserta didik yang memiliki aktivitas padat diluar kegiatan di sekolah ataupun didalam kegiatan sekolah akan melakukan aktivitas pembelajaran sesuai dengan apa yang mereka mau. Peserta didik cenderung bermalas-malasan ketika melakukan kegiatan yang tidak mereka sukai, terlebih lagi jika pembelajaran PJOK yang identiknya

banyak melakukan aktivitas fisik membuat mereka berfikir jika melakukan pembelajaran PJOK mereka akan merasakan kelelahan yang berlebih.

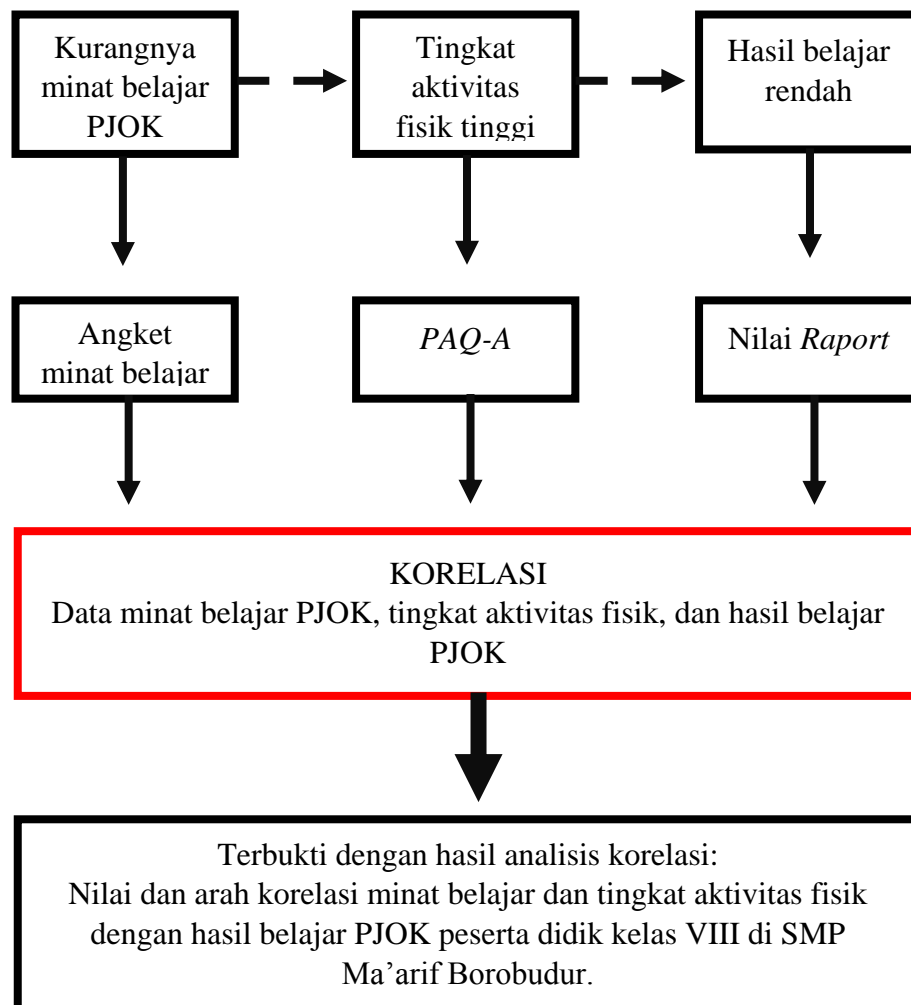
3. Hubungan antara Minat Belajar PJOK dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK

Hasil belajar PJOK yaitu nilai hasil belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, huruf, angka, maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil belajar yang sudah dicapai oleh setiap anak dalam melakukan aktivitas belajar pada periode-periode tertentu. Minat belajar dan tingkat aktivitas fisik dapat mempengaruhi proses pembelajaran peserta didik, hal ini tentu juga akan mempengaruhi hasil belajar mereka.

Pembelajaran PJOK yang menarik diperlukan guna mendorong minat peserta didik agar mau mengikuti pembelajaran PJOK dengan sukarela tanpa suatu paksaan, namun tentunya semua itu tidak mudah. Akan banyak tantangan dan rintangan dalam menarik minat peserta didik yang notabennya mempunyai aktivitas yang lebih banyak dibanding anak-anak seusianya yang lain.

Berdasarkan hal tersebut, untuk mempermudah dalam pemahaman dapat dilihat pada kerangka berpikir sebagai berikut:

Gambar 1. Kerangka Berpikir



D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2017,p. 63). Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis 1

H_{a1} : ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

H_{o1} : tidak ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

2. Hipotesis 2

H_{a2} : ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

H_{o2} : tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

3. Hipotesis 3

H_{a3} : ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

H_{o3} : tidak ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur.

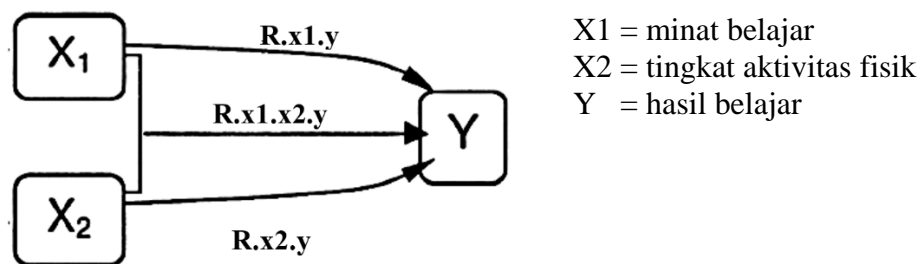
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono 2015, p. 3). Desain penelitian ini adalah korelasional, adapun penelitian korelasional yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua atau beberapa variabel (Arikunto 2019, p. 247). Penelitian ini berusaha untuk mengetahui hubungan antara minat belajar (X_1) dan tingkat aktivitas fisik (X_2) dengan hasil belajar PJOK (Y). Adapun desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2. Paradigma Ganda Dua Variabel Independen



Sumber : (Sugiyono, 2013)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini bertempat di SMP Ma'arif Borobudur Kabupaten Magelang Provinsi Jawa Tengah yang berlokasi di Dusun Bumisegoro, Borobudur, Kec. Borobudur, Kabupaten Magelang, Jawa Tengah. Waktu penelitian ini di laksanakan pada bulan Januari – Februari 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang dimana terdiri dari: subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan diakhir (Sugiyono, 2015, p. 117). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa populasi peserta didik kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur Kec. Borobudur Kab. Magelang, yaitu kelas VIII A dan kelas VIII B dengan jumlah keseluruhan peserta didik kelas VIII berupa 63 dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar Siswa Kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Putra	Putri	
1.	VIII A	11	21	32
2.	VIII B	11	20	31
Jumlah				63

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2015, p. 118). Sampel dari penelitian ini adalah keseluruhan peserta didik kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur. Penelitian ini menggunakan sampel seluruh peserta didik kelas VIII dengan jumlah 63 peserta didik, terdiri atas seluruh kelas A dan kelas B. Sehingga penelitian ini dapat dikatakan sebagai penelitian populasi.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel penelitian merupakan suatu atribut, sifat atau nilai dari orang, objek atau keinginan yang mempunyai variasi tertentu untuk ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dapat ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017, p. 38). Variabel dalam penelitian ini adalah Minat Belajar (X_1), Tingkat Aktivitas Fisik (X_2), dan Hasil Belajar PJOK (Y). definisi operasional variabel dari masing-masing variabel tersebut sebagai berikut:

1. Variabel Independen (variabel bebas)

a. Minat Belajar (X_1)

Secara operasional minat belajar merupakan ketertarikan seseorang terhadap suatu materi tertentu yang akan diukur menggunakan instrumen penelitian berupa angket. Skala pengukuran yang digunakan sebagai dasar pembuatan instrumen adalah skala *Likert*. Hari Subekti (2007, p. 8) menjelaskan bahwa minat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor dari dalam (Intrinsik) dan faktor dari luar (Ekstrinsik).

b. Tingkat Aktivitas Fisik (X_2)

Secara operasional tingkat aktivitas fisik adalah suatu pencapaian yang didapat seseorang setelah melakukan gerakan yang kemudian akan diukur menggunakan instrumen *The Physical Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)* yang sudah dimodifikasi. Menurut (Almatsier, 2010) terdapat tiga macam kategori aktivitas fisik untuk menjaga

kesehatan tubuh, yaitu aktivitas fisik ringan, aktivitas fisik sedang, dan aktivitas fisik berat.

2. Variabel Dependen (variabel terikat)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Hasil Belajar PJOK. Secara operasional hasil belajar PJOK merupakan pencapaian dalam proses pembelajaran PJOK yang telah dilalui oleh peserta didik dalam satu semester, biasanya dituangkan dalam nilai *raport*. Hasil belajar yang dikatakan baik adalah hasil belajar yang sudah melewati standar Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang sudah disepakati (Hidayat, 2022, p. 02).

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

a. Minat Belajar

Pengumpulan data untuk mengetahui minat belajar diperoleh dari pengisian angket. Skala pengukuran yang digunakan yaitu menggunakan skala *Likert*. Adapun cara pengumpulan datanya sebagai berikut:

- 1) Peneliti membagikan instrumen penelitian berupa skala *Likert* yang telah dimodifikasi kepada peserta didik kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur.
- 2) Peneliti memandu dalam pengisian angket.
- 3) Mengumpulkan angket yang sudah diisi oleh peserta didik.
- 4) Membuat tabulasi data.

5) Dicocokkan dengan tabel penilaian.

Pengisian instrumen penilaian minat belajar dilaksanakan di ruang kelas masing-masing, dengan memperhatikan tabel soal dan tabel klasifikasi norma penilaian.

b. Tingkat Aktivitas Fisik

Pengumpulan data untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik dilakukan dengan cara pengisian angket PAQ-A yang sudah dimodifikasi. Adapun cara untuk pengambilan data menggunakan instrumen penilaian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti membagikan instrumen penilaian PAQ-A yang telah dimodifikasi kepada peserta didik kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur.
- 2) Peneliti memandu dalam pengisian angket yang telah diberikan.
- 3) Mengumpulkan angket yang telah diisi peserta didik.
- 4) Membuat tabulasi data.
- 5) Mencocokkan dengan tabel penilaian.

Pengisian instrumen penilaian PAQ-A yang telah dimodifikasi dilaksanakan di ruang kelas masing-masing, dengan memperhatikan dan mengklasifikasikan soal dan jawaban sesuai dengan keadaan peserta didik.

c. Hasil Belajar PJOK

Pengumpulan data untuk mengetahui hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dilakukan dengan cara

melihat nilai *raport*. Adapun teknik pengumpulan data seperti ini disebut juga dengan teknik dokumentasi. Sugiyono (2019, p. 476) menjelaskan bahwa dokumentasi adalah salah satu cara yang dapat digunakan dalam memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan, angka, dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung suatu penelitian.

2. Instrumen Penelitian

a. Minat Belajar PJOK

Pengumpulan data untuk mengetahui minat belajar PJOK peserta didik diperoleh dari pengisian angket yang dimodifikasi dari skala *Likert* berupa pernyataan. Pernyataan yang diajukan berupa pernyataan positif dan pernyataan negatif. Dari kedua macam pernyataan tersebut kemudian dinilai dengan subjek Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Keempat alternatif jawaban tersebut setiap soal memiliki skor sebagai berikut:

Tabel 2. Skala Likert, Skor Penilaian Pada Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

(sumber: Sugiyono, 2015, p. 135)

Untuk mengungkapkan gambaran mengenai instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini maka diperlukan rancangan kisi-kisi. Instrumen minat belajar dalam penelitian ini diadopsi dari

penelitian yang telah dilakukan oleh (Laraswati Rosalina Setiadi, 2017). Alasan adopsi dari penelitian (Laraswati Rosalina Setiadi, 2017) karena karakteristik yang digunakan hampir sama, yaitu peserta didik tingkat SMP kelas VIII. Adapun kisi-kisi dari instrumen penelitian minat belajar adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Minat Belajar

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Soal	Jumlah
Hubungan antara Minat Belajar dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK peserta didik Kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur Tahun 2023	1. Dari dalam	a. Perhatian	1, 2, 3, 4, 5,	5
		b. Perasaan Senang	6,7,8, 9, 10, 11*	6
		c. Aktivitas	12,13,14, 15, 16, 17, 18	7
	2. Dari luar	a. Lingkungan	19,20,21, 22, 23, 24*	6
		b. Fasilitas	25,26,27, 28*	4

(sumber: Laraswati Rosalina Setiadi, 2017)

(*) pernyataan negatif

Validitas instrumen pengumpulan data minat belajar PJOK menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki validitas yang baik (seluruh butir soal valid). Hasil uji reliabilitas yang diukur menggunakan Koefisien *AlphaCronbach's* menunjukkan skor reabilitas sebesar 0,921, sehingga instrumen penelitian tersebut dianggap reliabel (Setiadi, 2017, p. 26).

Data penelitian minat belajar kemudian dikategorisasikan menggunakan acuan norma penilaian. Anwar (2016, p. 163)

menjelaskan untuk menentukan kriteria skor penilaian dapat dilakukan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Tabel penilaian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016, p. 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

(sumber: Azwar, 2016, p. 163)

b. Tingkat Aktivitas Fisik

Pengumpulan data untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik peserta didik diperoleh berdasarkan hasil dari pengisian angket *PAQ-A*. Instrumen *PAQ-A* didapat dengan memodifikasi dari penelitian yang telah dilakukan oleh (Dion Erwinanto, 2017). Alasan memodifikasi dari penelitian (Dion Erwinanto, 2017) karena adanya perbedaan karakteristik siswa dan lingkungan sekolah. Pengisian angket *PAQ-A* yang telah dimodifikasi dilaksanakan di kelas masing-masing, dengan merujuk pada tabel nilai soal dan tabel norma.

Tabel 5. Penilaian Pengisian Kuesioner PAQ-A

No	Soal	Pilihan Jawaban	Nilai	Total Nilai
1	Soal nomor 1 terdapat 21 Aktivitas/Olahraga	Tidak Pernah	1	Total nilai dibagi 21
		Kadang-Kadang	2	
		Cukup Sering	3	
		Sering	4	
		Sangat Sering	5	
2	Soal pilihan ganda nomor 2-8	Jawaban A	1	Jumlah total nilai dari no 2-8
		Jawaban B	2	
		Jawaban C	3	
		Jawaban D	4	
		Jawaban E	5	
3	Soal nomor 9 tidak diberi nilai	-	-	Total keseluruhan nilai dibagi 8

(Sumber: Erwinanto, 2017, p. 55)

Data hasil penelitian PAQ-A kemudian diklasifikasikan dengan cara dicocokkan dengan tabel norma penilaian berikut.

Tabel 6. Norma penilaian hasil penelitian PAQ-A

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi
1	4,21-5,00	Sangat Tinggi
2	3,41-4,20	Tinggi
3	2,61-3,40	Cukup
4	1,81-2,60	Rendah
5	1,00-1,80	Sangat Rendah

(Sumber: Erwinanto, 2017, p. 55)

Validitas instrumen penilaian PAQ-A menunjukkan bahwa instrumen PAQ-A yang telah dimodifikasi memiliki nilai validitas yang baik. Hasil uji validitas tiap pertanyaan kuesioner telah lolos dengan skor diatas r tabel sebesar 0,361 sehingga dapat digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik (Erwinanto, 2017, p. 59). Uji reliabel instrumen PAQ-A terbukti reliabel dengan skor *Cronbach Alpha* antara

0,721, sehingga dapat dikatakan instrumen PAQ-A memiliki item yang baik dan reliabel (Erwinanto, 2017, p. 59).

c. Hasil Belajar PJOK

Pengumpulan data hasil belajar PJOK dilakukan dengan cara melihat pada nilai belajar PJOK dari hasil penjumlahan nilai PTS dan nilai ulangan harian. Nilai tersebut sudah tertuang dalam hasil nilai *raport* PJOK tengah semester. Instrumen seperti ini dapat disebut dokumentasi, seperti yang diungkapkan Sugiyono (2019, p. 476) bahwa dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian.

Adapun cara untuk menganalisis data nilai belajar PJOK digunakan norma penilaian sebagai berikut:

Tabel 7. Norma Penilaian Hasil Belajar PJOK

No	Interval	Kategori
1	≥ 90	Sangat Baik
2	76-89	Baik
3	61-75	Cukup
4	≤ 60	Kurang

(sumber: Suwandaru & Hidayat, 2021, p. 116)

F. Teknik Analisis Data

Sama halnya dengan teknik pengumpulan data, analisis atau mengolah data juga merupakan aspek yang paling penting dalam suatu penelitian. Hal ini dikarenakan analisis data digunakan sebagai alat untuk mendapatkan jawaban terhadap masalah yang diteliti sehingga dapat

memberikan makna dan arti tertentu. Analisis data merupakan langkah selanjutnya setelah data dari responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2017, p. 174).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis dan olah data berupa rumus statistika yang sudah diajarkan pada perkuliahan mata kuliah statistika dan menggunakan aplikasi *Statistical Product for Service Solutions* (SPSS). Langkah-langkah ini digunakan sebagai alat menguji diterimanya atau ditolak hipotesis, dalam pengolahan ini data penulis menggunakan rumus-rumus statistika sebagai berikut:

a. Uji Persyaratan Analisis

Uji persyaratan analisis dilakukan setelah data terkumpul. Muri Yusuf (2014, p. 286) menjelaskan bahwa uji persyaratan analisis perlu untuk dilakukan karena guna mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal (uji normalitas), homogen (uji homogenitas), dan linier (uji linieritas).

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk menguji normal tidaknya data yang akan dianalisis. Uji normalitas menggunakan rumus *Kolmogrov-Smirnov*. Uji normalitas menggunakan *software SPSS 23 (Statistic Package and Social Science)*. Kriteria uji jika signifikan > 0.05 data dinyatakan normal, sebaliknya jika signifikansi < 0.05 data tersebut dinyatakan tidak normal.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas yang dijadikan sebagai prediktor memiliki keterkaitan yang linier atau tidak dengan variabel terikatnya. Analisis linieritas menggunakan *ANOVA* dalam program *SPSS 23*. Dikatakan linier jika nilai p lebih besar dari 0.05.

b. Uji hipotesis

1) Uji korelasi

Menghitung koefisien korelasi menggunakan aplikasi *Statistical Product for Service Solutions (SPSS)*, rumus yang digunakan menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*. Sugiyono (2017, p. 248) menjelaskan untuk menghitung koefisien korelasi dengan menggunakan metode analisis korelasi *Pearson Product Moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{\{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2\} - \{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi *pearson*

x_i = Variabel independen

y_i = Variabel dependen

n = Banyaknya sampel

Adapun kriteria yang digunakan sebagai pengambilan keputusan menurut Ghozali (2018, p. 78) sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Artinya dengan kata lain tidak ada hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen.

- b) Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Artinya ada hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen.

2) Uji F (Simultan)

Uji statistik F dilakukan dengan tujuan untuk menunjukkan semua variabel bebas dimasukkan dalam model yang memiliki pengaruh secara bersama terhadap variabel terikat (Ghozali, 2018, p. 72). Rumus statistik yang digunakan dalam pengujian F simultan adalah sebagai berikut:

$$F = \frac{R^2/K}{(1-R^2)/(n-k-1)}$$

Dua kriteria pengambilan keputusan Uji-F adalah:

- a) Apabila nilai probabilitas lebih kecil dari signifikansi ($\text{Sig} < 0,05$), maka secara simultan variabel independen memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.
- b) Apabila nilai probabilitas lebih besar dari nilai signifikansi ($\text{Sig} > 0,05$), maka secara simultan variabel independen tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2024. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur yang berjumlah 63 peserta didik. Data dalam penelitian ini terdiri atas minat belajar PJOK yang diukur menggunakan angket yang dimodifikasi dari skala *Likert*, tingkat aktivitas fisik diukur menggunakan *The Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)*, dan hasil belajar PJOK berdasarkan nilai *raport* peserta didik kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur. Data diatas dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Minat Belajar PJOK

Deskriptif statistik minat belajar PJOK peserta didik kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Minat Belajar PJOK Peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur

Statistik	
<i>N</i>	63
<i>Mean</i>	68,65
<i>Median</i>	69,00
<i>Mode</i>	70,00
<i>Std, Deviation</i>	3,37
<i>Minimum</i>	61,00
<i>Maximum</i>	77,00

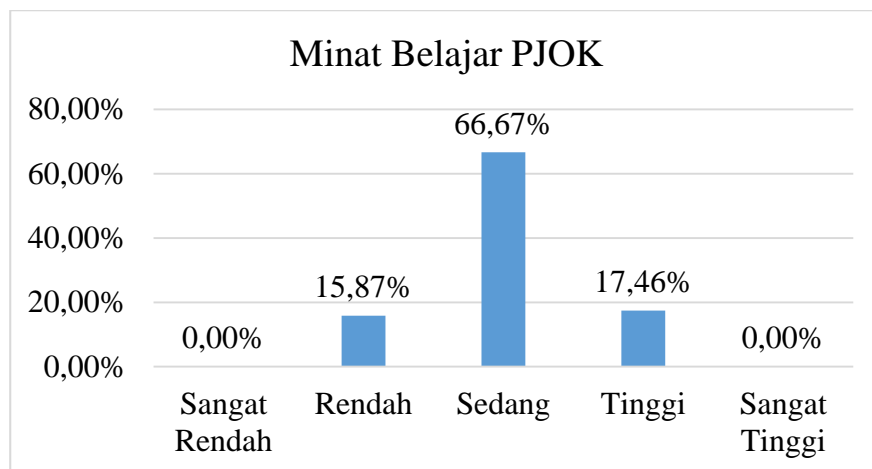
Distribusi frekuensi, minat belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur disajikan pada tabel berikut:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Minat Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$78,3 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	$71,9 < X \leq 78,3$	Tinggi	11	17,46%
3	$65,3 < X \leq 71,9$	Sedang	42	66,67%
4	$58,8 < X \leq 65,3$	Rendah	10	15,87%
5	$X \leq 58,8$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			63	100,00%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas, minat belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dapat disajikan pada diagram batang berikut:

Gambar 3. Diagram Batang Minat Belajar PJOK



Berdasarkan tabel dan diagram batang di atas, minat belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” 15,87% (10 peserta didik), “sedang” 66,67% (42 peserta didik), “tinggi” 17,46% (11 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

b. Tingkat Aktivitas Fisik

Deskriptif statistik tingkat aktivitas fisik peserta didik kelas VIII SMP

Ma'arif Borobudur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Tingkat Aktivitas Fisik Peserta Didik Kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur

Statistik	
<i>N</i>	63
<i>Mean</i>	3,32
<i>Median</i>	3,38
<i>Mode</i>	3,13
<i>Std, Deviation</i>	0,31
<i>Minimum</i>	2,63
<i>Maximum</i>	4,00

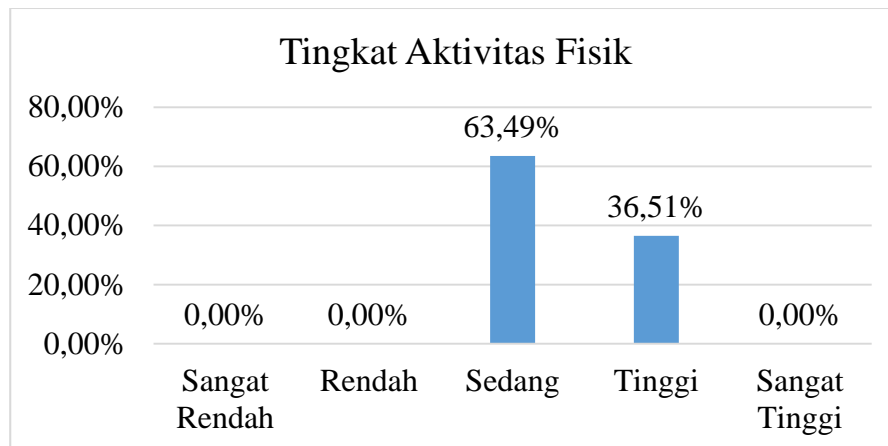
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat aktivitas fisik peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dapat dilihat pada gambar berikut:

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Tingkat Aktivitas Fisik Peserta Didik Kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	4,21-5,00	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	3,41-4,20	Tinggi	23	36,51%
3	2,61-3,40	Sedang	40	63,49%
4	1,81-2,60	Rendah	0	0,00%
5	1,00-1,80	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			63	100,00%

Berdasarkan tabel di atas, data hasil pengisian kuesioner *PAQ-A* oleh peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dapat dilihat pada diagram batang berikut:

Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Aktivitas Fisik



Berdasarkan tabel 12 dan gambar 3 di atas menunjukkan tingkat aktivitas fisik peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur berada pada tingkatan kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” 0,00% (0 peserta didik), “sedang” 63,49% (40 peserta didik), “tinggi” 36,51% (23 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

c. Hasil Belajar PJOK

Deskriptif statistik hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12. Deskriptif Statistik Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur

Statistik	
<i>N</i>	63
<i>Mean</i>	54,68
<i>Median</i>	55,00
<i>Mode</i>	52,00
<i>Std. Deviation</i>	3,12
<i>Minimum</i>	48,00
<i>Maximum</i>	61,00

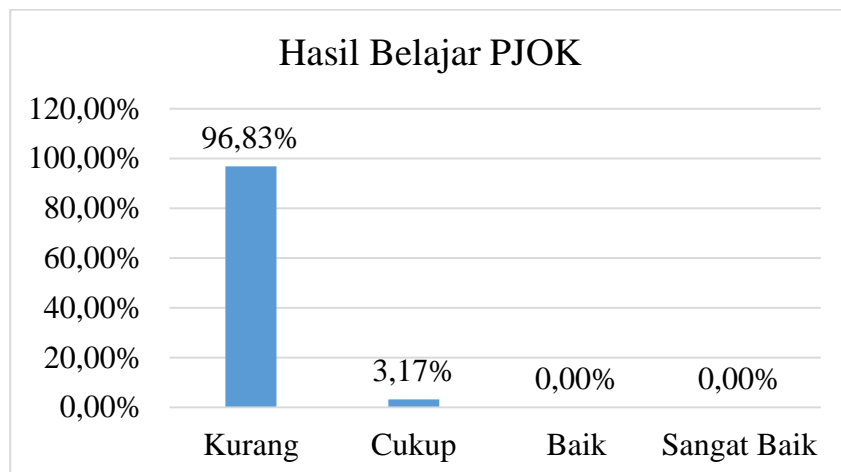
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil belajar PJOK pada peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur disajikan pada tabel berikut:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	> 90	Sangat Baik	0	-
2	76-89	Baik	0	-
3	61-75	Cukup	2	3,17
4	<60	Kurang	61	96,83
Jumlah			63	100,00

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas, hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur dapat disajikan pada diagram batang berikut:

Gambar 5. Diagram Batang Hasil Belajar PJOK



Berdasarkan tabel 14 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa hasil belajar PJOK di SMP Ma'arif Borobudur berada pada kategori “kurang” sebesar 74,60% (47 peserta didik), “cukup” sebesar 25,40% (16 peserta didik),

“baik” sebesar 0,00% (0 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 peserta didik).

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov*. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya variabel suatu penelitian, suatu data dikatakan normal jika nilai $p > 0,05$ dan jika $p < 0,05$ sebaran dikatakan tidak normal.

Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		
		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		63
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	,0000000
	<i>Std.</i>	2,85360369
	<i>Deviation</i>	
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	,093
	<i>Positive</i>	,093
	<i>Negative</i>	-,055
<i>Test Statistic</i>		,093
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		,200 ^{c,d}
<i>a. Test distribution is Normal.</i>		

Berdasarkan hasil analisis statistik uji normalitas diatas yang dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, didapat hasil uji normalitas dengan nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar $0,200 > 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Pengujian linieritas hubungan dilakukan menggunakan uji F. Hubungan antara variabel X dan Variabel Y dapat dikatakan linier apabila nilai $\text{sig} > 0,05$. Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 15. Hasil Uji Linieritas

Hubungan	<i>p</i>	<i>Sig.</i>	Keterangan
Hasil belajar PJOK (Y) * Minat belajar PJOK (X ₁)	0,867	0,05	Linier
Hasil belajar PJOK (Y) * Tingkat aktivitas fisik (X ₂)	0,884	0,05	Linier

Berdasarkan hasil statistik tabel diatas, hubungan minat belajar PJOK (X₁) dengan hasil belajar PJOK (Y) didapat nilai signifikansi $0,867 > 0,05$ dan hubungan tingkat aktivitas fisik (X₂) dengan hasil belajar PJOK (Y) didapat nilai signifikansi $0,884 > 0,05$. Jadi, hubungan variabel bebas dengan variabel terikatnya dapat dikatakan linier.

c. Uji Hipotesis

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis *korelasi Pearson Product Moment (Karl Pearson)* dengan *software SPSS 23*. Ketentuan yang digunakan adalah apabila nilai r tidak lebih dari harga $(-1 < r < +1)$. Apabila $r = -1$ artinya korelasi negatif sempurna, $r = 0$ artinya tidak ada korelasi, dan $r = 1$ berarti korelasinya sempurna positif (kuat).

Hasil analisis korelasi antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK adalah sebagai berikut:

1) Hipotesis 1

Hipotesis pertama yang akan diuji yaitu

H_{a1} Terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur.

H_{o1} Tidak ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur.

Kaidah analisis apabila nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan nilai signifikansi $< 0,05$, maka H_a diterima dan sebaliknya.

Hasil analisis dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 16. Hasil analisi hubungan minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur

<i>Correlations</i>			
		Minat Belajar PJOK	Hasil Belajar PJOK
Minat Belajar PJOK	<i>Pearson Correlation</i>	1	,286*
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		,023
	<i>Sum of Squares and Cross-products</i>	706,317	187,016
	<i>Covariance</i>	11,392	3,016
	<i>N</i>	63	63
Hasil Belajar PJOK	<i>Pearson Correlation</i>	,286*	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	,023	
	<i>Sum of Squares and Cross-products</i>	187,016	603,651
	<i>Covariance</i>	3,016	9,736
	<i>N</i>	63	63
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa koefisien korelasi minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK didapatkan nilai korelasi sebesar

0,286 dengan signifikansi 0,023. Berdasarkan data di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi sebagai berikut:

- a) Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima
- b) Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Hasil analisis statistik koefisien korelasi antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK memperoleh nilai signifikansi 0,023. Karena signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak, berarti H_a diterima, yang artinya bila terdapat hubungan maka hubungan tersebut terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK. Selanjutnya jika koefisien korelasi hasil analisis korelasi *Pearson Product Moment* = 0,286, maka dapat dikatakan terjadi sebuah hubungan. Hasil korelasi *Pearson Product Moment* menghasilkan 0,286, artinya terdapat korelasi positif dengan keeratan hubungan sebesar 0,286 atau rendah antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK.

2) Hipotesis 2

Hipotesis kedua yang akan diuji yaitu

- H_{a2} Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur.
- H_{o2} Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur.

Kaidah analisis apabila nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan nilai signifikansi $< 0,05$, maka H_a diterima dan sebaliknya.

Hasil analisis dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 17. Hasil analisi hubungan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur

<i>Correlations</i>			
		Tingkat Aktivitas Fisik	Hasil Belajar PJOK
Tingkat Aktivitas Fisik	<i>Pearson Correlation</i>	1	-,320*
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		,010
	<i>Sum of Squares and Cross-products</i>	6,226	-19,644
	<i>Covariance</i>	,100	-,317
	<i>N</i>	63	63
Hasil Belajar PJOK	<i>Pearson Correlation</i>	-,320*	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	,010	
	<i>Sum of Squares and Cross-products</i>	-19,644	603,651
	<i>Covariance</i>	-,317	9,736
	<i>N</i>	63	63
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

Berdasarkan tabel di atas, menunjukan bahwa koefisien kolerasi tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK didapatkan nilai korelasi sebesar -0,320 dengan signifikansi 0,010. Berdasarkan data di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi sebagai berikut:

- Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima
- Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Hasil analisis statistik koefisien korelasi tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK memperoleh nilai signifikansi 0,010. Karena signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak, berarti H_a diterima, yang artinya bila terdapat hubungan

maka hubungan tersebut terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK. Selanjutnya jika koefisien korelasi hasil analisis korelasi *Pearson Product Moment* = 0, maka dapat dikatakan terjadi sebuah hubungan. Hasil korelasi *Pearson Product Moment* menghasilkan -0.320, artinya terdapat korelasi negatif yang semakin tinggi tingkat aktivitas fisik peserta didik maka semakin rendah hasil belajarnya dengan keeratan hubungan sebesar 0.320 atau rendah.

3) Hipotesis 3

Hipotesis ketiga yang akan diuji yaitu

H_{a3} Terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur.

H_{o3} Tidak ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma'arif Borobudur.

Kaidah analisis yaitu apabila nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan nilai signifikansi $< 0,05$, maka H_a diterima dan sebaliknya.

Hasil analisis dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 18. Hasil Analisis Hubungan antara Minat Belajar PJOK dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK

<i>Model</i>	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1 <i>Regression</i>	98,781	2	49,391	5,870	,005 ^b
<i>Residual</i>	504,869	60	8,414		
<i>Total</i>	603,651	62			

Berdasarkan tabel 17 di atas diperoleh koefisien F_{hitung} 5,870 dan nilai $sig.$ $0,005 < 0,05$ maka H_{03} ditolak, sehingga H_{a3} yang berbunyi “Terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK peserta didik SMP Ma’arif Borobudur” hipotesis **diterima.**

B. Pembahasan

1. Hubungan antara Minat Belajar PJOK dengan Hasil Belajar PJOK

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Ma’arif Borobudur, dengan memperoleh nilai korelasi sebesar 0,286 dan nilai signifikansi 0,023. Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK. Minat belajar yang kuat akan memperoleh hasil yang baik begitupun sebaliknya, jika peserta didik mempunyai minat yang kurang maka hasil belajar juga akan mendapat hasil yang kurang baik.

Hasil distribusi frekuensi minat belajar PJOK, dapat diketahui bahwa tidak ada peserta didik yang memiliki minat belajar PJOK dengan kategori sangat tinggi. Peserta didik yang memiliki minat belajar PJOK dengan kategori tinggi hanya 11 dengan memperoleh persentase sebesar 17,46%. Peserta didik dengan kategori terbanyak yaitu pada kategori sedang yaitu 42 dengan memperoleh persentase 66,67%. Selanjutnya pada kategori rendah terdapat 10 peserta didik dengan persentase 15,87% dan tidak ada yang termasuk pada kategori sangat rendah.

Minat belajar selalu mempengaruhi hasil belajar setiap peserta didik, minat belajar yang kuat sangat diperlukan dalam mencapai hasil belajar yang maksimal. Purwanto (2009, p. 25) menjelaskan bahwa minat merupakan sesuatu yang dapat dipengaruhi oleh bermacam faktor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor lingkungan, faktor fasilitas pembelajaran, dan faktor dari dalam diri peserta didik saling berkesinambungan dalam membentuk ketertarikan atau minat dalam diri peserta didik untuk mengikuti suatu pembelajaran.

Penelitian yang dilakukan (Puspayanti, 2017) menemukan fakta bahwa kebanyakan peserta didik cenderung memiliki minat belajar yang sedang. Hal ini mengakibatkan peserta didik mendapat hasil belajar yang kurang memuaskan. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa hasil belajar peserta didik dapat dipengaruhi oleh minat belajar.

Kaitannya dengan pembelajaran PJOK yaitu, dengan adanya minat belajar PJOK diharapkan kegiatan pembelajaran dapat berlangsung dengan lancar dan tujuan utama pembelajaran PJOK dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Minat belajar PJOK adalah suatu dorongan atau keinginan peserta didik untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang terdapat dalam pembelajaran PJOK.

2. Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK

Setelah dilakukan penelitian di SMP Ma'arif Borobudur peneliti mendapatkan hasil mengenai hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK. Berdasarkan hasil penelitian, didapat data yang

menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK. Hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi sebesar -0,320 dengan signifikansi sebesar 0,010. Hal ini membuktikan adanya hubungan yang bersifat negatif antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK. Terdapat dua penafsiran korelasi melalui nilai koefisien yaitu tanda positif (+) dan tanda Negatif (-) yang berhubungan dengan arah korelasi, serta menyatakan kuat atau tidaknya korelasi (Rosana D & Setyawarno D, 2016, p. 169). Penelitian ini memperoleh hasil korelasi yang negatif, dimana yang dimaksud adalah terdapat hubungan berbalik arah antara dua variabel. Jika variabel independen tinggi maka variabel dependen akan menuju ke arah rendah, begitupun sebaliknya.

Penelitian ini memperoleh hasil yang semakin tinggi tingkat aktivitas fisik maka hasil belajar juga akan terpengaruh, dikarenakan peserta didik cenderung menyukai kegiatan yang diluar kelas. Pembelajaran PJOK sering dinantikan oleh peserta didik karena dianggap sebagai cara efektif untuk melepas penat setelah dilakukannya proses pembelajaran yang ada di kelas.

Hasil distribusi frekuensi tingkat aktivitas fisik peserta didik di SMP Ma'arif Borobudur mendapatkan hasil dengan tidak ada yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi. Peserta didik yang masuk ke dalam kategori tinggi sebanyak 23 dengan memperoleh persentase 36,51%. Kategori sedang memperoleh data dengan frekuensi terbanyak yaitu 40 dengan persentase 63,49%. Tidak ada yang masuk ke dalam kategori rendah maupun sangat

rendah. Hasil ini membuktikan bahwa peserta didik memiliki kecenderungan yang kuat terhadap aktivitas fisik yang dilakukan diluar kelas.

Terdapat tiga ranah dalam pembelajaran PJOK yang harus dicapai, ranah itu mencakup ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik oleh sebab itu perlu adanya pembatasan materi dan pengarahan materi supaya peserta didik dapat menguasai ketiga ranah tersebut, dengan demikian maka akan terciptanya proses pembelajaran yang baik dan meningkatkan hasil belajar peserta didik.

3. Hubungan antara Minat Belajar PJOK dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Hasil Belajar PJOK

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai koefisien F_{hitung} 5,870 dan nilai *sig.* 0,005. Hasil belajar PJOK didapat dari perolehan nilai *raport* peserta didik yang berupa angka yang mencerminkan hasil aktivitas belajar dalam suatu periode tertentu. Hasil belajar kerap dijadikan sebagai tolak ukur kemampuan peserta didik dalam memahami suatu materi tertentu. Hasil belajar dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, diantaranya yaitu faktor minat dan faktor aktivitas fisik yang berlebihan.

Penelitian ini membuktikan bahwa adanya pengaruh minat dan tingkat aktivitas fisik yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Slameto (2015, p. 57) berpendapat bahwa minat belajar merupakan tingkat psikologis yang dapat mempengaruhi proses belajar dan hasil belajar peserta didik, karena

jika materi yang dipelajari tidak sesuai dengan minat peserta didik, mereka tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya karena tidak ada daya tarik baginya. Begitupun dengan melakukan aktivitas fisik yang tinggi juga akan mengganggu hasil belajar peserta didik dikarenakan mereka tidak tertarik lagi untuk melakukan pembelajaran yang non-praktik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai korelasi sebesar 0,286 dengan signifikansi sebesar 0,023.
2. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai korelasi sebesar -0,320 dengan signifikansi sebesar 0,010.
3. Ada hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK kelas VIII di SMP Ma'arif Borobudur, dengan memperoleh nilai koefisien F_{hitung} 5,870 dan nilai *sig.* 0,005.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memiliki implikasi, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi peserta didik, dapat menjadi acuan untuk dapat meningkatkan minat belajar khususnya dalam pembelajaran PJOK baik pembelajaran praktik maupun teori.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK, sehingga dengan demikian bisa

dijadikan sebagai tolak ukur bagi sekolah untuk menambah motivasi peserta didik untuk belajar.

3. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian terkait hubungan antara minat belajar PJOK dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak lepas dari keterbatasan yang ada, keterbatasan selama jalannya proses penelitian yaitu:

1. Penelitian kurang maksimal karena banyak anak yang berperilaku seenaknya.
2. Pengumpulan data dalam penelitian yang menggunakan angket sehingga mungkin kurang objektif. Selain itu dalam pengisian diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
3. Peneliti dengan satu testor yang membantu kurang bisa memastikan seluruh proses pengambilan data berjalan dengan maksimal karena keterbatasan kami. Peneliti berusaha agar seluruh pengambilan data berjalan maksimal sebagaimana mestinya.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Edukasi terkait minat belajar dan aktivitas fisik perlu dilakukan secara berkesinambungan dan dilakukan pula oleh institusi terkait guna mencapai hasil belajar yang diinginkan.
2. Bagi peserta didik supaya bisa lebih memperhatikan terkait pembelajaran yang dilakukan dengan mengikuti dengan rasa senang dan gembira supaya proses pembelajaran bisa berlangsung secara efektif.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah variabel bebas lain, sehingga variabel yang mempengaruhi hasil belajar PJOK dapat teridentifikasi lebih banyak lagi dan hasilnya dapat digeneralisirkan.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M Sudirman. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar dan Mengajar*. Jakarta : PT. Grafindo Indonesia.
- Adyani, S., & Kristiyandaru, A. (2021). Hubungan Minat Belajar dengan Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran PJOK di SMA Negeri 18 Surabaya Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 09(02).
- Aisyah, F. (2021). *Hubungan Antara Minat dan Kecerdasan Emosional terhadap Hasil Belajar Materi Aktivitas Kebugaran Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Studi Deskriptif Pada Peserta Didik Kelas X SMA KHZ Musthafa Sukamanah Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi). <http://repositori.unsil.ac.id/id/eprint/5817>
- Arifin, S. (2017). Peran guru pendidikan jasmani dalam pembentukan pendidikan karakter peserta didik. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1).
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barnadib. (2004). *Peranan Orang Tua*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Batista, M., Cubo, D. S., Honório, S., & Martins, J. (2016). *The practice of physical activity related to self-esteem and academical performance in students of basic education. Journal of Human Sport and Exercise*, 11(2), 297–310.
- Bintarko, A. (2016). Minat Siswa Kelas XI SMA N 1 Pundong Kabupaten Bantul terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tahun Ajaran 2015/2016. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 5(10).
- Cavill, N., Kahlmeier, S., & Racioppi, F. (2012). *Physical activity and health in Europe: evidence for action. World Health Organization*.
- Chu, T. L., & Zhang, T. (2018). *Motivational processes in Sport Education programs among high school students: A systematic review. European Physical Education Review*, 24(3), 372-394.
- Depdiknas. (2007). *Pedoman Pembelajaran Permainan Berhitung Permulaan Di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen.
- Djaali. (2018). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

- Erwinanto, D. (2017). Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kebugaran jasmani siswa kelas X tahun ajaran 2016/2017 di SMK Muhammadiyah 1 Wates Kabupaten Kulon Progo DIY. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Febriyanto, A. (2021). Survei Minat Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Jaringan (Daring) Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Smp Islam Az Zamir Kota Tangerang:-. JP3M (Jurnal PGSD, Penjaskesrek, PPKN dan Matematika), 2(01), 1-11.
- Fitriani, L. (2021). Minat Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sewon dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) secara Daring di Era Pandemi Covid-19. S1 thesis, Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Gagne, R.M & Leslie J. B. (1978). *Principles of instructional design. Second edition, New york: hott, Rinenart and Winston.*
- Herdiana, A., & Prakoso, G. P. W. (2016). Pembelajaran pendidikan jasmani yang mengacu pada pembiasaan sikap fair play dan kepercayaan pada peserta didik. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(1).
- Hidayat, M. (2022). Hubungan Status Gizi terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Kerinci. *Jurnal Pendidik Indonesia (JPIn)*, 5(2), 185-193.
- Husdarta. 2015. Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.
- Irfan, I. (2019). Pengaruh Profesionalisme Guru Penjas Terhadap Hasil Belajar Penjas Siswa SMA Negeri I Kajuara Kabupaten Bone (*Doctoral dissertation*, Universitas Negeri Makassar).
- Jamil, Suprihatiningrum. (2012). Strategi Pembelajaran Teori dan Aplikasi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Khomarun, W. (2013). ES, & Nugroho, MA (2013). Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Pagi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Stadium 1 Di Posyandu lansia Desa Makam Haji. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 2(2), 144–149.
- Klan, G. (2007). *Building character: strengthening the heart of good leadership. Market Street, San Francisco, CA: John Wiley & Sons, Inc.*
- Mawarti, S., & Arsiwi, A. A. (2020). Analisis pengembangan materi pembelajaran bola basket berorientasi high order thinking skill di sekolah menengah atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 55-64.
- Meeting, W. H. O. E. C. on the C. of the L., & Organization, W. H. (2010). *Control of the Leishmaniasis: Report of a Meeting of the WHO Expert Committee*

on the Control of Leishmaniasis, Geneva, 22-26 March 2010 (Vol. 949). World Health Organization.

- Mokoagow, A. (2020). Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi di SMP nasional Mogoyunggung. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 1(1), 20-24.
- Murbawani, E. A. (2017). Hubungan persen lemak tubuh dan aktivitas fisik dengan tingkat kesegaran jasmani remaja putri. *JNH(Journal of Nutrition and Health)*, 5(2), 69-84. <https://doi.org/10.14710/jnh.5.2.2017.69-84>
- Sudjana, Nana. 2010. Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Prasetyo, M. A., & Winarno, M. E. (2019). Hubungan status gizi dan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani pada siswa SMP. *Sport Science and Health*, 1(3), 198-207.
- Purwanto, N. (2009). Psikologi pendidikan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Puspayanti, P. (2017). Minat Siswa Kelas IV dan V dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 1 Godean Yogyakarta. S1 thesis, Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Rahmawati, A. (2021). Hubungan Kesegaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Penjas Siswa Putra Kelas VII B SMP Negeri 4 Kuntodarussalam (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau*).
- Rahayu, Ega Trisna. 2013. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.
- Rohmah, L. & Muhammad, H. N. (2021). Tingkat kebugaran jasmani dan aktivitas fisik siswa sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 09(01), 511-519.
- Rosana, D., & Setyawarno, D. (2016). Statistik Terapan untuk Penelitian Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press.
- Rusli Lutan. (2001). Mengajar pendidikan jasmani pendekatan pendidikan gerak di Sekolah Dasar: Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga: Depdiknas.
- Sarwono, Sarlito W. (2012). Psikologi Remaja. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada
- Setiadi, L. R. (2017). Minat Siswa Kelas VIII Dalam Mengikuti Pembelajaran Pjok Di SMP Negeri 2 Godean Kab. Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(12).
- Slameto. (2015). Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.

- Subekti, D.H. (2007). Minat siswa SMK YPKK 2 sleman kelas xi terhadap pembelajaran atletik. Skripsi, Sarjana, tidak diterbitkan. Yogyakarta. FIK UNY.
- Sugihartono, dkk. (2013). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono, (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono.(2015). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suryobroto, A. S. (2004). Peningkatan Kemampuan ManajemenGuru Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1(1).
- Suwandaru, C., & Hidayat, T. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 113-119.
- Tilaar, H.A.R. 2003. Kekuasaan dan Pendidikan. Magelang: Indonesia Tera.
- Wahyuni, S. (2018). Pengaruh Kebugaran Jasmani Dan Interaksi Sosial Terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas Tinggi Sd I Donotirto Kretek Bantul. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 3(1), 73-84.
- Wawan S. S (2002). Pedoman Khusus Pengembangan Silabus Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SMA. Yogyakarta: UNY.
- Weinberg, Robert, S. & Gould, Daniel. (2003). Foundation of Sport and Exercise Psychology.Champaign: Human Kinetics.
- Widiyatmoko, F., & Hadi, H. (2018). Tingkat Aktivitas Fisik Siswa di Kota Semarang. *Journal Sport Area*, 3(2), 140.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Pembimbing TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 025.a/POR/IV/2023
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

3 April 2023

Yth. Ahmad Rithaudin, M.Or.
Departemen POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Muhammad Rifki Arifin
NIM : 20601241085
Judul Skripsi : HUBUNGAN MINAT BELAJAR DAN POLA AKTIVITAS ISTIRAHAT
DENGAN HASIL BELAJAR PJOK SISWA KELAS VIII SMP MA'ARIF
BOROBUDUR TAHUN 2023

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Departemen POR,

Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Surat Ijin Pra Survey

SURAT IJIN PRA SURVEY

about:blank



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN
KESEHATAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/42/UN34.16/LT/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Ijin Pra Survey

11 April 2023

Yth . Kepala Sekolah SMP Ma'arif Borobudur
Alamat, Dusun Bumisegoro, Borobudur, Kec. Borobudur, Kabupaten Magelang, Jawa
Tengah 56553

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Muhammad Rifki Arifin
NIM : 20601241085
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi - S1
Judul Tugas Akhir : Hubungan Minat Belajar dan Pola Aktivitas Istirahat dengan Hasil Belajar
PJOK Siswa Kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur Tahun 2023
Tujuan : Memohon ijin melaksanakan *pra survey* penulisan Tugas Akhir Skripsi
(TAS)
Waktu *Pra-Survey* : Senin - Sabtu, 10 - 15 April 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Ilmu
Keolahragaan dan Kesehatan



Dr. Guntur, M.Pd.
NIP. 19810926 200604 1 001

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Persetujuan Melakukan Pra Survey



LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU ABUPATENMAGELANG
SMP MA'ARIF BOROBUDUR
Bumisegoro Borobudur Kabupaten Magelang 56553
(0293) 3287117
Spemabor@gmail.com

Borobudur, 11 April 2023

Nomor: 040/SMP.Mrf./P.16/2023
Hal : **Pemberitahuan**

Kepada
Yth. Dekan Bidang Akademik Kemahasiswaan
dan Alumni Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dan Kesehatan

Dengan hormat,

Menindaklanjuti surat permohonan dari Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta nomor : B/42/UN34.16/LT/2023 tanggal 11 April 2023, dengan ini kami Kepala SMP Ma'arif Borobudur tidak keberatan dan memberikan ijin kepada :

Nama : **Muhammad Rifki Arifin**
NIM : 20601241085
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi – S1
Judul : Hubungan Minat Belajar dan Pola Aktivitas Istirahat dengan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur Tahun 2023
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan UNY

untuk melaksanakan pra survey penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) mulai hari Senin – Sabtu tanggal 10 – 15 April 2023 di SMP Ma'arif Borobudur.

Demikian pemberitahuan ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Kepala Sekolah

MISBAHUL HUDA, S.E

Lampiran 4. Surat Ijin Melakukan Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/810/UN34.16/PT.01.04/2024

1 Februari 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala sekolah SMP Ma'arif Borobudur
Alamat. Dusun Bumisegoro, Borobudur, Kec. Borobudur, Kabupaten Magelang, Jawa
Tengah 56553

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Muhammad Rifki Arifin
NIM : 20601241085
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA MINAT BELAJAR DAN TINGKAT AKTIVITAS
FISIK DENGAN HASIL BELAJAR PJOK SISWA KELAS VIII SMP
MA'ARIF BOROBUDUR KABUPATEN MAGELANG TA.2023/2024
Waktu Penelitian : 4 Februari - 4 Maret 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dekan,
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 5. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU KABUPATEN MAGELANG
SMP MA'ARIF BOROBUDUR

Bumisegoro Borobudur Kabupaten Magelang 56553

(0293) 3287117

Spemabor@gmail.com

SURAT KETERANGAN
No : 023/SMP.Mrf/DP/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini kami :

Nama : Misbakhul Huda, S.E
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMP Ma'arif Borobudur

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Muhammad Rifki Arifin
Tempat, tgl lahir : Magelang, 20 April 2001
NIM : 20601241085
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi – S 1

Bahwa nama tersebut di atas sudah melakukan penelitian untuk Tugas Akhir Skripsi dengan judul tugas akhir “ Hubungan antara minat belajar dan tingkat aktivitas fisik dengan hasil belajar PJOK siswa kelas VIII SMP Ma'arif Borobudur Kabupaten Magelang TA 2023/2024 “

Demikian surat keterangan ini kami buat agar menjadikan perhatian dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Borobudur, 16 Februari 2024

Kepala Sekolah

Misbakhul Huda, S.E

Lampiran 6. Instrumen Minat Belajar PJOK

INSTRUMEN ANGKET MINAT BELAJAR PJOK

Identitas Responden,

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Perhatikan pernyataan dibawah ini, jawablah pernyataan dibawah ini dengan memberi tanda (√) pada kolom yang telah disediakan dengan ketentuan sebagai berikut:

SS : Bila sangat setuju dengan pernyataan berikut

S : Bila setuju dengan pernyataan berikut

TS : Bila tidak setuju dengan pernyataan berikut

STS : Bila sangat tidak setuju dengan pernyataan berikut

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa penuh perhatian saat mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah.				
2.	Saya merasa perlu mengikuti pembelajaran PJOK dengan baik karena pembelajaran hanya berlangsung satu kali dalam seminggu.				
3.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK dengan penuh semangat.				
4.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena ingin mencapai prestasi belajar yang baik.				
5.	Saya selalu melakukan setiap aktivitas pembelajaran PJOK dengan sungguh-sungguh				
6.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran PJOK karena materinya bervariasi.				
7.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran PJOK karena menghilangkan kejenuhan berpikir				
8.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran PJOK karena dapat meningkatkan kesehatan.				
9.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran PJOK karena saya tertarik dengan olahraga.				
10.	Saya senang mengikuti pembelajaran PJOK karena dapat meningkatkan solidaritas antar teman.				
11.	Saya tidak suka pembelajaran PJOK karena saya tidak hobi dengan olahraga.				
12.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena dapat menjaga kesehatan badan.				
13.	Saya lebih mengerti akan pentingnya kesehatan setelah saya mengikuti pembelajaran PJOK.				

14.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena dapat menambah rasa percaya diri.				
15.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena dapat meningkatkan kedisiplinan.				
16.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena dapat meningkatkan konsentrasi dalam belajar.				
17.	Saya selalu melakukan aktivitas jasmani yang diberikan guru saat kegiatan pembelajaran PJOK berlangsung.				
18.	Saya mengikuti aktivitas pembelajaran PJOK karena dapat meningkatkan keterampilan gerak.				
19.	Guru selalu memberikan contoh gerakan sesuai materi yang akan diajarkan dalam pembelajaran PJOK.				
20.	Guru PJOK sangat disiplin dalam melakukan pembelajaran PJOK.				
21.	Guru selalu memberikan materi yang bervariasi dan menarik pada saat pembelajaran PJOK.				
22.	Guru PJOK di sekolah merupakan orang yang mengasyikkan dan menyenangkan.				
23.	Guru PJOK sangat ahli dalam berbagai macam aktivitas olahraga.				
24.	Guru PJOK sering meninggalkan peserta didiknya saat mengajar sehingga saya kurang berminat dalam pembelajaran PJOK.				
25.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena sekolah sangat mendukung dalam kegiatan-kegiatan pembelajaran PJOK.				
26.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena prasarana pembelajaran PJOK di sekolah lengkap seperti lapangan bola, lapangan voli, lapangan tenis meja, dan lapangan basket.				
27.	Saya mengikuti pembelajaran PJOK karena peralatannya tersedia banyak.				
28.	Saya malas mengikuti pembelajaran PJOK karena lapangannya tidak sesuai standar dan garis lapangannya sudah tidak jelas.				

Lampiran 7. Instrumen PAQ-A

The Physical Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :

Kelas :

Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat tentang tingkat aktivitas fisik yang terjadi dalam satu pekan (7 hari), termasuk kegiatan olahraga atau ekstrakurikuler yang membuat Anda mengeluarkan keringat, juga permainan yang menjadikan Anda bernapas lebih berat, seperti contoh kegiatan berlari, lompat tali, olahraga memanjat, dan sebagainya.

Perhatian!

- a. Dalam kuisioner ini tidak memuat jawaban benar ataupun salah – bukan suatu bentuk ujian/tes.
- b. Kuisioner ini berisi poin penting yang memuat jawaban yang telah diisi sesuai dengan keadaan Anda yang sebenar-benarnya.
1. Apakah ada aktivitas fisik yang Anda lakukan dalam kurun waktu 7 hari terakhir selama waktu luang? Jika ada, berapa kali? (Berilah tanda \surd pada salah satu kotak opsi jawaban per kegiatan)

Aktivitas	Tidak Pernah	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	7 kali/lebih
Skipping/Lompat tali					
Kejar-kejaran					
Olahraga berjalan					
Bersepeda					
Berlari					
Senam Aerobik					
Berenang					
Baseball, softball, kasti					
Menari					
Futsal					
Badminton					
Sepak bola					
Bola voli					
Bola basket					
Panahan					
Bermain sepatu roda					
Bermain kucing-kucingan					
Sepak Takraw					
Tenis lapangan					
Tenis meja					
Beladiri					
Lainnya, sebutkan:					

2. Seberapa sering Anda aktif dalam kegiatan seperti berlari, melompat, dan melempar saat mengikuti mata pelajaran olahraga dalam 7 hari terakhir? (Berilah tanda \surd hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)
 - A. Tidak pernah..... ☐
 - B. Jarang..... ☐

- C. Kadang-kadang..... ☐
- D. Sering..... ☐
- E. Selalu..... ☐
3. Apa yang biasa Anda kerjakan selama jam makan siang (selain makan) dalam 7 hari terakhir? *(Berilah tanda ✓ hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)*
- A. Duduk (Mengobrol, Membaca, Mengerjakan tugas)..... ☐
- B. Berdiri atau jalan-jalan..... ☐
- C. Lari dan bermain sebentar ☐
- D. Lari dan bermain agak lama ☐
- E. Lari dan bermain selama sebagai besar jam istirahat..... ☐
4. Berapa kali Anda melakukan kegiatan olahraga, menari, atau bermain secara aktif setelah pulang sekolah dalam 7 hari terakhir? ? *(Berilah tanda ✓ hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)*
- A. Tidak pernah ☐
- B. 1 kali ☐
- C. 2-3 kali..... ☐
- D. 4 kali ☐
- E. 5 kali ☐
5. Berapa kali Anda melakukan kegiatan olahraga, menari, atau bermain secara aktif pada waktu malam hari dalam kurun waktu 7 hari terakhir? *(Berilah tanda ✓ hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)*
- A. Tidak pernah ☐
- B. 1 kali ☐
- C. 2-3 kali..... ☐
- D. 4 kali ☐
- E. 5 kali ☐
6. Berapa kali Anda berolahraga, menari, dan bermain secara aktif pada kurun waktu seminggu kemarin di akhir pekan? *(Berilah tanda ✓ hanya pada salah satu kotak opsi jawaban)*
- A. Tidak pernah ☐
- B. 1 kali ☐
- C. 2-3 kali ☐
- D. 4-5 kali..... ☐
- E. 6 kali atau lebih..... ☐
7. Pilih pernyataan yang paling sesuai dengan keadaan kamu dalam kurun waktu 7 hari terakhir!
- A. Hampir seluruh waktu luang saya gunakan untuk melakukan aktivitas yang memerlukan sedikit usaha fisik (bersantai).
- B. Kadang-kadang saya melakukan aktivitas fisik (1-2 kali seminggu) untuk berolahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam, dan lain-lain.

- C. Saya sering melakukan aktivitas fisik (3-4 kali seminggu) di waktu luang.
 D. Saya lebih sering melakukan aktivitas fisik (5-6 kali seminggu) di waktu luang.
 E. Saya sangat sering melakukan aktivitas fisik (lebih dari 7 kali) di waktu luang.
8. Dalam 7 hari terakhir kapan kamu melakukan aktivitas fisik setiap harinya? (olahraga, senam, bersepeda, atau aktivitas fisik lainnya) *Berilah tanda √ pada opsi jawaban pada tabel berikut!*

Hari/Frekuensi	Tidak Melakukan	Sedikit	Agak Banyak	Sering	Sangat Sering
Senin					
Selasa					
Rabu					
Kamis					
Jum'at					
Sabtu					
Minggu					

9. Apakah kamu mengalami sakit pada seminggu lalu atau ada hal yang menghalangi kamu sehingga kamu tidak dapat melakukan kegiatan aktivitas fisik atau olahraga seperti biasanya? (*Berilah tanda √ hanya pada salah satu kotak opsi jawaban*)

- A. Ya ☐
 B. Tidak ☐

Jika Ya, apa yang membuat kamu tidak bisa melakukan aktivitas fisik atau berolahraga.

Lampiran 8. Rangkuman Data Penelitian

Data hasil penelitian

No	Minat Belajar PJOK	Tingkat Aktivitas Fisik	Hasil Belajar PJOK
1	72	3,88	59
2	70	3,38	58
3	66	3,38	53
4	61	3,5	53
5	75	3	60
6	66	3,5	50
7	67	3,38	49
8	69	3,63	52
9	66	3,25	55
10	70	3,38	49
11	64	3,75	50
12	61	3,75	54
13	70	3,5	58
14	66	3,63	54
15	71	3,75	53
16	68	3,25	60
17	69	3,63	56
18	70	3,38	54
19	69	3,88	52
20	71	3,88	48
21	67	3,5	51
22	71	3,5	56
23	67	3,13	57
24	70	3,25	51
25	65	3,5	57
26	71	2,88	54
27	67	3,25	58
28	65	3,13	55
29	70	3,13	54
30	66	3,13	57
31	71	2,75	55
32	71	3	58
33	64	3,25	59
34	74	3,75	56
35	69	3,38	55
36	66	3,38	53
37	66	3,75	52
38	68	3,5	53

39	71	3,38	58
40	65	3,5	52
41	74	3,5	57
42	70	4	58
43	70	4	52
44	72	3	55
45	68	3,13	57
46	68	3	54
47	66	3,13	52
48	64	3,13	55
49	71	3,5	52
50	77	3	57
51	66	3	52
52	70	3,13	50
53	74	3	61
54	72	3,13	54
55	62	3,13	56
56	64	3,25	49
57	70	3,13	57
58	69	3,38	53
59	72	2,75	55
60	73	3,13	58
61	66	2,63	60
62	70	3	57
63	72	2,88	56

Lampiran 9. Deskriptif Statistik

Statistics

		Minat Belajar PJOK	Tingkat Aktivitas Fisik	Hasil Belajar PJOK
N	Valid	63	63	63
	Missing	0	0	0
Mean		68,6508	3,3278	54,6825
Median		69,0000	3,3800	55,0000
Mode		70,00	3,13	52,00 ^a
Std. Deviation		3,37524	,31689	3,12030
Minimum		61,00	2,63	48,00
Maximum		77,00	4,00	61,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Minat Belajar PJOK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	61,00	2	3,2	3,2	3,2
	62,00	1	1,6	1,6	4,8
	64,00	4	6,3	6,3	11,1
	65,00	3	4,8	4,8	15,9
	66,00	10	15,9	15,9	31,7
	67,00	4	6,3	6,3	38,1
	68,00	4	6,3	6,3	44,4
	69,00	5	7,9	7,9	52,4
	70,00	11	17,5	17,5	69,8
	71,00	8	12,7	12,7	82,5
	72,00	5	7,9	7,9	90,5
	73,00	1	1,6	1,6	92,1
	74,00	3	4,8	4,8	96,8
	75,00	1	1,6	1,6	98,4
	77,00	1	1,6	1,6	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Tingkat Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2,63	1	1,6	1,6	1,6
	2,75	2	3,2	3,2	4,8
	2,88	2	3,2	3,2	7,9
	3,00	8	12,7	12,7	20,6
	3,13	12	19,0	19,0	39,7
	3,25	6	9,5	9,5	49,2
	3,38	9	14,3	14,3	63,5
	3,50	10	15,9	15,9	79,4
	3,63	3	4,8	4,8	84,1
	3,75	5	7,9	7,9	92,1
	3,88	3	4,8	4,8	96,8
	4,00	2	3,2	3,2	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Hasil Belajar PJOK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	48,00	1	1,6	1,6	1,6
	49,00	3	4,8	4,8	6,3
	50,00	3	4,8	4,8	11,1
	51,00	2	3,2	3,2	14,3
	52,00	8	12,7	12,7	27,0
	53,00	6	9,5	9,5	36,5
	54,00	7	11,1	11,1	47,6
	55,00	7	11,1	11,1	58,7
	56,00	5	7,9	7,9	66,7
	57,00	8	12,7	12,7	79,4
	58,00	7	11,1	11,1	90,5
	59,00	2	3,2	3,2	93,7
	60,00	3	4,8	4,8	98,4
	61,00	1	1,6	1,6	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Lampiran 10. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		63
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	2,85360369
Most Extreme Differences	Absolute	,093
	Positive	,093
	Negative	-,055
Test Statistic		,093
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

Lampiran 11. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Hasil Belajar PJOK * Minat Belajar PJOK	Between Groups	(Combined)	123,339	14	8,810	,880	,584
		Linearity	49,517	1	49,517	4,949	,031
		Deviation from Linearity	73,821	13	5,679	,567	,867
	Within Groups		480,312	48	10,007		
	Total		603,651	62			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Hasil Belajar PJOK * Tingkat Aktivitas Fisik	Between Groups	(Combined)	110,029	11	10,003	1,033	,432
		Linearity	61,984	1	61,984	6,404	,015
		Deviation from Linearity	48,045	10	4,804	,496	,884
	Within Groups		493,622	51	9,679		
	Total		603,651	62			

Lampiran 12. Uji Hipotesis

Correlations

		Minat Belajar PJOK	Hasil Belajar PJOK
Minat Belajar PJOK	Pearson Correlation	1	,286*
	Sig. (2-tailed)		,023
	Sum of Squares and Cross-products	706,317	187,016
	Covariance	11,392	3,016
	N	63	63
Hasil Belajar PJOK	Pearson Correlation	,286*	1
	Sig. (2-tailed)	,023	
	Sum of Squares and Cross-products	187,016	603,651
	Covariance	3,016	9,736
	N	63	63

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Tingkat Aktivitas Fisik	Hasil Belajar PJOK
Tingkat Aktivitas Fisik	Pearson Correlation	1	-,320*
	Sig. (2-tailed)		,010
	Sum of Squares and Cross-products	6,226	-19,644
	Covariance	,100	-,317
	N	63	63
Hasil Belajar PJOK	Pearson Correlation	-,320*	1
	Sig. (2-tailed)	,010	
	Sum of Squares and Cross-products	-19,644	603,651
	Covariance	-,317	9,736
	N	63	63

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	98,781	2	49,391	5,870	,005 ^b
	Residual	504,869	60	8,414		
	Total	603,651	62			

a. Dependent Variable: Hasil Belajar PJOK

b. Predictors: (Constant), Tingkat Aktivitas Fisik, Minat Belajar PJOK

Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian



Gambar pelaksanaan pengambilan data Instrumen Minat Belajar dan PAQ-A